

III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (PTK). PTK (penelitian Tindakan Kelas / class room action research) adalah penelitian yang dilakukan pada sebuah kelas untuk mengetahui akibat tindakan yang diterapkan pada suatu obyek penelitian di kelas tersebut. (Nizar Alam Hamdani, Dody Hermana. 2008:42).

Karena penelitian ini menggunakan metode kajian tindakan kelas (class room action research) yaitu penelitian yang dilakukan oleh guru di sekolah tempat mengajarnya dengan menekankan pada penyempurnaan proses dan praktek pembelajaran.

Menurut Natawijaya 1997 dalam Nizar Alam Hamdani, 2008 : 42, penelitian tindakan ini bertujuan untuk menanggulangi masalah atau kesulitan dalam pendidikan dan pengajaran, melaksanakan program penelitian, memberikan pedoman bagi guru, untuk perbaikan suasana sistem keseluruhan sekolah, dan juga memasukkan unsur-unsur pembaharuan dalam sistem pendidikan dan pengajaran

B. Rencana Penelitian

Penelitian ini dilakukan dalam tiga siklus dan setiap siklus memiliki kegiatan yang berbeda-beda dalam setiap proses pelaksanaannya, berikut adalah tahapan pelaksanaan penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu:

1. Tahap perencanaan

Pada tahap ini peneliti akan memberikan perlakuan kepada siswa sesuai dengan yang telah tertulis dalam rencana tindakan.

2. Tahap pelaksanaan tindakan

Dalam tahap ini peneliti akan menguraikan apakah hal yang direncanakan dapat direalisasikan secara penuh, jika tidak, perlu ditinjau kembali pola dalam periode berikutnya.

3. Tahap pengamatan (observasi)

Pada bagian ini berisikan hasil pengamatan menggunakan berbagai instrument. Yang perlu diperhatikan dalam hal ini adalah hasil-hasil pekerjaan siswa yang otentik.

4. Tahap refleksi

Pada tahap refleksi ini berisikan penjelasan tentang tingkat keberhasilan atau kegagalan yang terjadi setelah adanya penelitian.

C. Devinisi Operasional Penelitian

Alat bantu adalah benda yang digunakan atau dipakai untuk mempermudah suatu kegiatan agar tercapai apa yang diharapkan dan Modifikasi adalah perubahan dengan penambahan, atau penggantian pada bentuk, atau ukuran, dan bahan. (Kamus Lengkap Bahasa Indonesia).

Jadi yang di maksud dengan alat bantu pelampung modifikasi adalah pelampung yang

ukuran, bahan, bentuk dan beratnya tidak seperti aslinya atau pelampung standar, di sesuaikan dengan kebutuhan, dalam hal ini disesuaikan dengan anak usia SD kelas 5 (11 sampai 13 tahun), pelampung modifikasi bisa terbuat dari botol plastik air mineral. atau pun dari balon udara.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan botol plastik air mineral dengan tujuan agar anak termotivasi, dan memiliki keberanian untuk melakukan meluncur sehingga harapan meningkatnya kemampuan gerak siswa tercapai.

Pada dasarnya ketrampilan gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori, sebuah kategori gerak adalah sebuah kerangka penggolong berdasarkan pada unsur-unsur yang sama. Kategori gerak dasar itu adalah sebagai berikut:

1. Gerak lokomotor

Gerak lokomotor adalah suatu gerak yang dilakukan dalam keadaan tubuh di pindahkan posisinya kearah mendatar (horizontal), atau vertical dari satu titik ke titik lainnya. (jalan, lari, melompat).

2. Gerak non lokomotor

Gerak yang di lakukan seseorang yang menetap pada satu titik atau posisinya, bergerakk pada sumbu vertical atau horizontal, atau gerak aksial (menjangkau, memutar, menggeliat, mengulur, membungkuk).

3. Gerak manupulatif

Gerak yang mengerahkan daya serta melibatkan otot-otot besar yang di arahkan pada suatu obyek atau sasaran (melempar, menendang, memukul).

(Agus Mahendra1999:20-22).

D. Subjek dan Sampel Penelitian

1. Subjek Penelitian

Populasi penelitian adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang di tetapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2008:117).

Sedangkan menurut Arikunto (2006:130), Populasi adalah keseluruhan objek penelitian. Jadi, populasi yang penulis ajukan dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri 5 Sukaraja, kecamatan teluk betung selatan, Bandar lampung.

2. Sampel Penelitian

Sampel penelitian adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2008:118).

Sedangkan menurut Arikunto (2006:131), bahwa sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang akan diteliti. Jadi, penulis mengambil satu kelas sebagai sampel dengan menggunakan tehnik simple random sampling.

Sugiyono (2008:120), Menyatakan simple random sampling adalah pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Dimana sampel tersebut diambil dengan cara undian dua kelas dari populasi, yaitu kelas 5A dan 5B, dan yang terambil sebagai sampel adalah kelas V A berjumlah 31 anak, SD Negeri 5 Sukaraja, Bandar Lampung.

E. Tempat dan waktu pelaksanaan penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 5 Sukaraja, kecamatan Teluk Betung Selatan, Bandar Lampung.

2. Waktu pelaksanaan

Penelitian ini dilaksanakan sejak tanggal 2 November 2011.

3. Jadwal penelitian

No	Kegiatan	Jam	N O V					D E S					J A N				
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1	Pre Test	3	●														
2	Siklus 1																
	a. Belajar meluncur dengan 1 pelampung	3		●													
	b. Belajar meluncur dengan 1 pelampung	3			●												
	c. Belajar meluncur dengan 1 pelampung	3				●											
	d. Test siklus 1	3					●										
3	Siklus 2																
	a. Belajar meluncur dengan 2 pelampung	3							●								
	b. Belajar meluncur dengan 2 pelampung	3								●							
	c. Belajar meluncur dengan 2 pelampung	3									●						
	d. Test siklus 2	3										●					

F. Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas

1. Model sistem

a. penelitian putaran pertama

- guru memberikan penjelasan gambar-gambar gerakan meluncur.
- guru memberi tugas kepada murid untuk belajar melakukan gerakan seperti yang telah dijelaskan dengan bantuan satu buah pelampung di pegang kedua tangan.

b. penelitian putaran kedua

- Jika hasil penelitian putaran pertama memperlihatkan adanya peningkatan hasil belajar siswa, maka pada putaran kedua akan menggunakan alat bantu dua buah pelampung yaitu di pegang dengan kedua tangan dan pinggang.
- Guru memberi tugas murid untuk melakukan meluncur dengan menggunakan pelampung.

2. Implementasi di kelas

Pelaksanaan tes awal (pre test), tes siklus pertama, tes siklus kedua, dilakukan oleh guru peneliti. Tindakan ini dilakukan sebanyak 9 kali pertemuan. Dengan rincian 1 pertemuan pre test, 3 pertemuan siklus pertama, 3 pertemuan siklus kedua, dan test masing-masing siklus 1 pertemuan. Mengingat banyaknya pertemuan dan biaya serta izin orang tua siswa dalam penelitian ini maka peneliti mensiasatinya dengan menabung sebagian uang jajan anak. Yang kekurangannya dapat dari orang tua anak.

a. Siklus pertama

1. Rencana :

- Menyiapkan sarana dan prasarana untuk proses pembelajaran.

- Menyiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran pada siklus pertama dan diawali dengan pemanasan.
- 2 Tindakan :
- Guru menjelaskan tentang tata cara melakukan meluncur dengan memberikan contoh gerakan secara langsung.
 - Melalui papan pelampung spon dipegang siswa belajar melakukan gerak meluncur.
 - Dengan papan pelampung spon yang dipegang kedua tangan siswa belajar melakukan gerak meluncur.
 - Siswa diberi tugas untuk melakukan meluncur secara bergantian sesuai dengan urutannya.
 - Siswa diberi tugas untuk belajar melakukan gerak meluncur secara berulang-ulang. Dengan harapan siswa mampu meluncur seperti dalam gambar.



Gambar 5. Siswa belajar meluncur dengan bantuan papan pelampung spon.

3 Observasi

Setelah diberikan tindakan maka peneliti melakukan pengamatan dan evaluasi serta penilaian dengan menggunakan instrument penilaian yang telah disusun.

4 Refleksi

Refleksi dapat dilakukan setelah pelaksanaan dan observasi.

b. Siklus kedua

1. Rencana :

- Menyiapkan alat-alat yang berkaitan dengan proses pembelajaran dan instrumen yang diperlukan dalam mengevaluasi tindakan.
- Menyiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus kedua dengan melakukan peregangan otot sebagai pemanasan.

2. Tindakan :

- Guru menjelaskan dan memberi contoh seorang anak melakukan gerak meluncur dengan alat bantu dua buah pelampung dari ban bekas, dan papan pelampung dari spon.
- Membagi murid menjadi dua tim, lalu diberi tugas melakukan gerak meluncur secara berurutan sesuai dengan timnya.
- Siswa belajar melakukan gerak meluncur dengan papan pelampung, atau spoon yang di pegang kedua tangan dan ban bekas pada pinggang sebelum kaki menolak pada dinding kolam.

Gambar 6. Siswa belajar meluncur dengan bantuan pelampung yang di pegang kedua



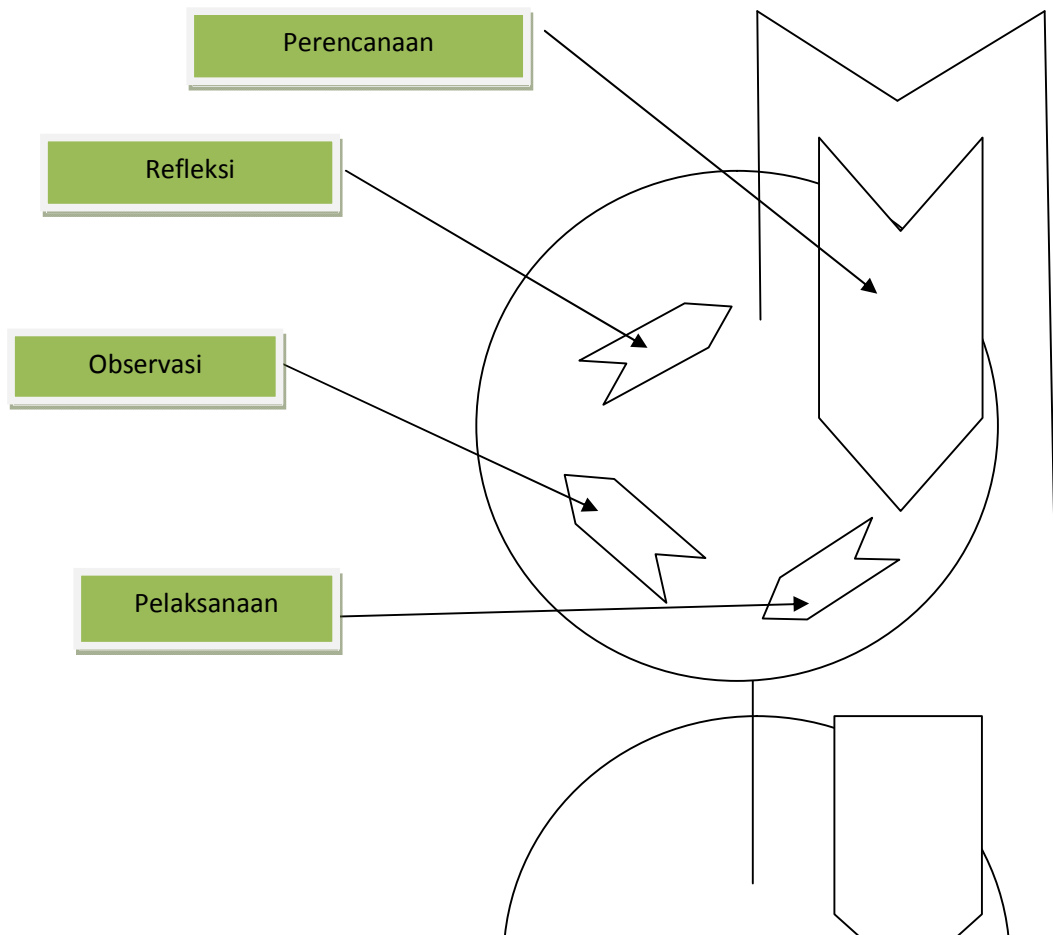
tangan dan ban bekas pada pinggang

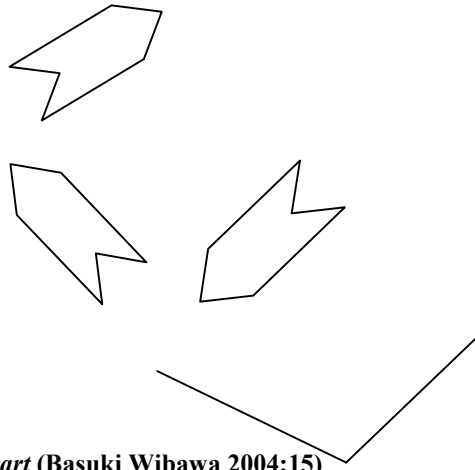
bservasi

- Setelah dilakukan tindakan, pengamatan, koreksi, penilaian dan evaluasi hasil belajar pada siklus kedua.

4. Refleksi

Hasil observasi dapat disimpulkan setelah pelaksanaan dan observasi.





Gambar model siklus menurut Kemmis dan Mc Taggart (Basuki Wibawa 2004:15)

G. Teknik Pengumpulan Data

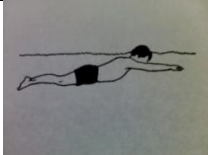
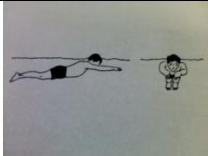
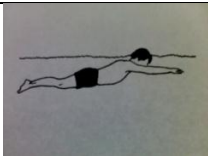
Teknik yang digunakan untuk mengumpul data dalam penelitian ini adalah teknik tes. Teknik ini akan peneliti uraikan sebagai berikut.

Teknik tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, intelegensi, atau bakat yang dimiliki individu atau kelompok (Arikunto, 2006:223).

Bentuk tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes keterampilan meluncur yang ditujukan kepada sampel kelas V A Siswa SD Negeri 5 Sukaraja Teluk Betung Selatan Bandar Lampung.

Instrumen penilaian

NO	KOMPONEN GERAK MELUNCUR	N I L A I					KET
		1	2	3	4	5	
1	Awalan <ul style="list-style-type: none"> - Berdiri dengan satu kaki dan salah satu kaki yang lain ditekuk menolak ke dinding kolam (nilai 2). - Condongkan badan ke depan hingga masuk ke dalam air sehingga hanya 						

	kepala yang berada di permukaan air (nilai 2). - Julurkan kedua tangan ke depan rapat (nilai 1).						
2	Pelaksanaan - Tarik nafas kemudian memasukkan kepala ke dalam air (nilai 2). - Dorong kaki yang di dinding sambil mengangkat kaki yang lain sehingga kedua kaki lurus ke belakang (nilai 2). - Mata tidak terpejam agar gerakan tidak kaku dan berjalan lurus (nilai 1).						
3	Gerak Akhir - Dengan tanpa gerakan tangan dan kaki lakukan gerakan meluncur dengan menolakkan kaki sekuat kuatnya (nilai 1). - Posisi lengan tetap rapat (nilai 2). - Tubuh atau togok lurus horizontal di permukaan air (nilai 1). - Posisi tungkai lurus rapat dan sejajar (nilai 1).						
4	Arah Gerak Luncuran - Bergerak lurus di permukaan air sesuai dengan lintasan yang ada. Dengan mata terbuka dan jarak 6 meter. (nilai 5).						

Ket
era
nga
n:
1. A
wal
an.
 -Nilai
 i
 mak
 sim
 al 2
 untu

k item Berdiri dengan satu kaki dan salah satu kaki yang lain ditekuk menolak ke dinding kolam.

- Nilai maksimal 2 untuk item Condongkan badan ke depan hingga masuk ke dalam air sehingga hanya kepala yang berada di permukaan air
- Nilai maksimal 1 untuk item Julurkan kedua tangan ke depan rapat

2. Pelaksanaan.

- Nilai maksimal 2 untuk item Tarik nafas kemudian memasukkan kepala ke dalam air

- Nilai maksimal 2 untuk item Dorong kaki yang di dinding sambil mengangkat kaki yang lain sehingga kedua kaki lurus ke belakang
- Nilai maksimal 1 untuk item Mata tidak terpejam agar gerakan tidak kaku dan berjalan lurus

3. Gerakan Akhir.

- Nilai maksimal 1 untuk item Dengan tanpa gerakan tangan dan kaki lakukan gerakan meluncur dengan menolakkan kaki sekuat kuatnya
- Nilai maksimal 2 untuk item Posisi lengan tetap rapat
- Nilai maksimal 1 untuk item Tubuh atau togok lurus horizontal di permukaan air
- Nilai maksimal 1 untuk item Posisi tungkai lurus rapat dan sejajar

4. Arah gerak luncuran

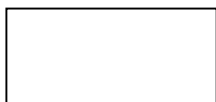
- Nilai 1 jika gerakan meluncur jarak 2 meter, Nilai 2 jika gerakan meluncur jarak 3 meter, Nilai 3 jika gerakan meluncur jarak 4 meter, Nilai 4 jika gerakan meluncur jarak 5 meter, dan 5 jika gerakan meluncur lurus dan jarak 6 meter.

H. Analisis Data

Teknik analisis data tes siswa adalah sebagai berikut:

Setelah peneliti berhasil mengumpulkan data penelitian dari tindakan dan observasi di setiap siklus yang telah dilaksanakan, selanjutnya tes keterampilan meluncur dianalisis berdasarkan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Untuk melihat kualitas hasil tindakan di setiap siklus menggunakan rumus yang di kemukakan Sutrisno hadi, 1993:246



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

Keterangan :

P = Presentasi keberhasilan

F = Jumlah siswa yang melakukan gerak dengan benar

N = Jumlah sampel

1. Untuk ke efektifan hasil tindakan pada penelitian ini digunakan perhitungan yang dikemukakan oleh Goodwin dan Coates, dalam Surisman (1997) dengan rumus sebagai berikut:

$$\frac{X_n - X_i}{X_i} \times 100$$

Keterangan:

E = Efektifitas hasil belajar

X_n = Rerata nilai hasil siklus ketiga

X_i = Rerata tes awal / tes sebelumnya

2. Menyimpulkan hasil penelitian, bila perhitungan meningkat 50% ke atas maka tindakan yang di lakukan dinyatakan efektif.

