

III. METODE PENELITIAN

A. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (*classroom action research*) dilaksanakan pada siswa kelas VI di SD Negeri 1 Tri Tunggal Kecamatan Adiluwih Kabupaten Pringsewu dengan alasan bahwa siswa kelas VI memiliki kemampuan yang rendah dalam melakukan kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani khususnya dalam gerak dasar menembak permainan bola basket. Hal ini berdasarkan dokumentasi hasil tes menembak dimana siswa memiliki nilai dibawah rerata.

Tujuan utama penelitian tindakan kelas ialah untuk perbaikan dan peningkatan layanan profesionalisme dosen dan guru dalam menangani proses belajar mengajar bagaimana tujuan itu dapat dicapai, tujuan itu dapat dicapai dengan melakukan berbagai tindakan alternatif dalam memecahkan persoalan pembelajaran dikelas oleh karena itu fokus penelitian tindakan kelas terletak pada tindakan-tindakan alternatif yang direncanakan, dicobakan, dan dievaluasi sehingga tindakan-tindakan alternatif itu dapat digunakan untuk memecahkan persoalan pembelajaran yang sedang dihadapi.

B. Definisi Operasional Variabel

1. Modifikasi prasarana dan sarana adalah cara melakukan gerak dasar menembak dengan menggunakan prasarana dan sarana modifikasi.
2. Keterampilan gerak dasar menembak bola basket adalah siswa melakukan gerak dasar menembak dengan menggunakan prasarana (ketinggian ring) dan sarana (bola basket mini, bola kaki, bola futsal).

C. Subjek Penelitian dan Sampel

1. Subjek Penelitian

Dalam proses pemecahan masalah diperlukan suatu data objek penelitian atau populasi yang akan diselidiki mengenai populasi ini. Suharsimi Arikunto menjelaskan bahwa Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian, populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa kelas VI di SD Negeri 1 Tri Tunggal Kecamatan Adiluwih Kabupaten Pringsewu berjumlah 36 siswa.

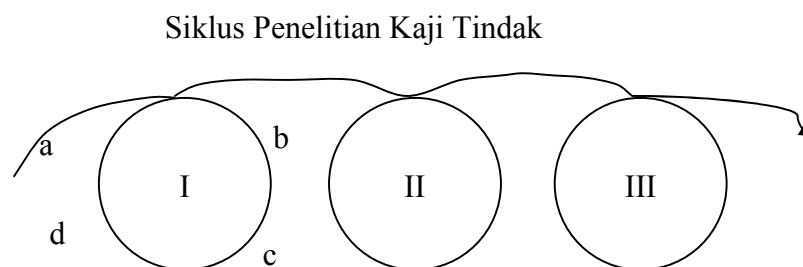
2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang akan diteliti untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian. Dalam PTK ini Sampel yang digunakan adalah adalah siswa kelas VI di SD Negeri 1 Tri Tunggal Kecamatan Adiluwih Kabupaten Pringsewu yang berjumlah 36 Siswa, dengan pertimbangan bahwa siswa kelas tersebut memiliki kemampuan yang rendah dalam melakukan pembelajaran menembak dalam permainan bola basket. Hal ini berdasarkan dokumentasi

hasil tes menembak dimana kelas VI memiliki nilai dibawah rerata kelas lainnya.

D. Rancangan Penelitian

Dalam penelitian ini penulis merencanakan sampai tiga siklus dan setiap siklus memiliki kegiatan yang berbeda-beda. Dalam pelaksanaannya, setiap proses penelitian merupakan tindak lanjut dari siklus penelitian sebelumnya seperti pada gambar di bawah ini :



Gambar 7. Siklus Penelitian Kaji Tindak diadaptasi dari Depdikbud (1999)

Keterangan Gambar :

- a : rencana
- b : tindakan
- c : observasi
- d : refleksi

E. Pelaksanaan Tindakan

PTK ini dilaksanakan selama bulan Februari-Maret 2012 dengan 3 siklus dan kegiatannya sebagai berikut :

1. Kegiatan Awal

- 1.1. Menyiapkan alat observasi sebagai alat pemantau dan perekam data. Dalam pelaksanaan PTK ini direkam dengan *Handycam* untuk keperluan evaluasi.

- 1.2. Menyiapkan prasarana dan sarana bola basket yang akan digunakan dalam pelaksanaan tindakan.
- 1.3. Menyiapkan hasil pemantauan untuk didiskusikan dengan dosen pembimbing yang akan digunakan sebagai dasar untuk menentukan tindak lanjut kegiatan.

2. Persiapan

Persiapan diarahkan pada situasi yang kondusif, agar tidak terjadi kejutan-kejutan yang dapat menimbulkan kegagalan dalam pelaksanaan. PTK ini ditujukan pada siswa kelas VI di SD Negeri 1 Tri Tunggal Kecamatan Adiluwih Kabupaten Pringsewu.

3. Implementasi di Lapangan

- 3.1. Memberikan pengarahan kepada subjek penelitian.
- 3.2. Memberikan petunjuk dan demonstrasi setiap tugas gerak
- 3.3. Melihat situasi kelas saat proses pembelajaran berlangsung.
- 3.4. Mengamati pelaksanaan penelitian, apakah berjalan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan.
- 3.5. Mencapai setiap hasil pembelajaran untuk refleksi siklus berikutnya.

4. Pengelolaan dan Pengendalian

Pengelolaan dan pengendalian yang dilakukan adalah sebagai berikut :

- 4.1. Pengorganisasian waktu, rencana, sarana dan prasarana pendukung PTK ini pada setiap siklus.
- 4.2. Peneliti mencatat seluruh peristiwa yang terjadi saat berlangsung prosedur Penelitian Tindakan Kelas (PTK) sebagai bahan perbaikan untuk dianalisis menjadi basil PTK.

5. Prosedur Pembelajaran dan Cara Tindakan

Pelaksanaan pembelajaran dilakukan sesuai dengan rencana penerapan proses pembelajaran dengan menggunakan prasarana dan sarana modifikasi dengan memperhatikan poin-poin yang akan dinilai (evaluasi) untuk menembak bola basket yang diperhatikan adalah cara memegang bola, sikap awal, sikap lempar, hasil dan sikap akhir.

Pada siklus pertama proses pembelajarannya, mengamati poster, penjelasan dan demonstrasi. Setelah obyek penelitian melihat, mencermati, menganalisis, siswa mencoba melakukan tindakan yaitu menembak bola basket.

Pada siklus kedua merupakan tindak lanjut dari siklus pertama, masalah yang ditemui pada menembak bola basket adalah kurang baik dalam sikap lempar dan sikap akhir. Jika dibandingkan dengan siklus pertama maka basil pada siklus kedua sudah ada peningkatan dan lebih baik dari pada siklus sebelumnya.

Pada penelitian siklus ketiga merupakan tindak lanjut dari penelitian siklus kedua. Pada putaran ketiga ini belajarnya mengamati poster dan diberikan demonstrasi langsung disaat pembelajaran bagi yang belum dan kurang menguasai keterampilan, gerak dasar menembak bola basket. Dengan pemberian tindakan yang bervariasi peningkatan hasil pembelajaran sangat baik dilihat perolehan rerata kelas. Untuk tes menembak bola basket pada siklus ketiga lebih baik daripada siklus sebelumnya.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan PTK disetiap siklusnya. Instrumen untuk menganalisis keterampilan gerak dasar menembak bola basket diadaptasi dari Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia (PERBASI.1999) dan setiap indikatornya diberi bobot nilai 1-5. alat itu berupa indikator-indikator dari penilain gerak dasar menembak bola basket, bentuk indikatornya adalah. 1. Cara memegang bola; 2. Sikap awal ; 3. Sikap lempar ; 4. Sikap akhir ; 5. Hasil.

Menurut Freire and Cuningham dalam Muhajir (1997) alat ukur untuk Instrumen dalam PTK tindakan valid, bila tindakan itu memang aplikatif dan dapat berfungsi untuk memecahkan masalah yang dihadapi. Sehingga kriteria validitas PTK terletak pada aplikatifnya atau berfungsinya tindakan untuk mengupayakan perbaikan atas masalah yang dihadapi. Cara penilaian pada proses pembelajaran gerak dasar bola basket dengan melihat nilai dari tahap cara memegang bola, sikap awal, sikap lempar, sikap akhir dan hasil. Jika siswa memenuhi setiap aspek pada tahap-tahap proses gerak tolak peluru maka siswa mendapatkan nilai 1-5.

Sedangkan aspek-aspek dari tahap gerakan tersebut meliputi :

1. Cara memegang bola

1.1.Telapak Tangan

Kedua telapak tangan seluruhnya melekat pada samping-samping bola agak ke belakang

1.2.Bola

Bola terselip diantara kedua telapak tangan.

1.3.Jari-jari

Jari-jari tercerai lentuk.

1.4.Ibu Jari

Kedua ibu jari terletak dekat dengan badan dibagian belakang bola dan menghadap kearah tengah ke depan.

1.5.Posisi Lengan

Posisi lengan ditekuk membentuk sudut 45 derajat.

2. Sikap awal

2.1.Posisi Kaki

Kaki sejajar atau kuda-kuda, bila, menggunakan sikap kuda-kuda kaki yang depan sesuai dengan tangan kanan yang digunakan untuk menembak

2.2.Pandangan

Pandangan kedepan atau melihat sasaran

2.3.Tangan

Tangan untuk menembak berada dibelakang bola

2.4.Siku

Siku masuk kedalam

2.5. Bola

Bola berada diantara telinga dan bahu.

3. Sikap Lempar

3.1.Bola

Pertama-tama bola dipegang dengan 2 tangan di atas kepala sedikit di depan bahu.

3.2.Siku Lengan Kanan

Siku lengan kanan (tangan untuk menembak) membentuk sudut 90 derajat

3.3.Tangan Kiri

Tangan kiri meninggalkan bola.

3.4.Telapak Tangan Kanan

Telapak tangan kanan diputar menghadap basket.

3.5.Posisi Badan

Badan lurus menghadap sasaran teknik lutut agak dalam untuk mengambil awalan, lengan mengikuti gerakan kaki.

4. Sikap akhir

4.1.Kaki

Kaki depan diluruskan

4.2.Lengan Kanan

Lengan kanan diluruskan kedepan atas hingga lengan itu membuat sudut lebih kurang 45 derajat

4.3.Pergelangan Tangan

Diakhiri dengan lecutan pergelangan Langan.

4.4.Jari-jari

Jari-jari menghadap ke bawah

4.5.Pandangan

Pandangan ke depan/target

5. Hasil

5.1.Tidak Mengenai Sasaran

Apabila bola tidak sampai atau melebihi sasaran

5.2.Membentur Papan/Ring

Apabila bola membentur papan/ring dan bola tidak masuk

5.3.Membentur Papan

Apabila bola membentur papan dan bola masuk

5.4.Membentur Ring

Apabila bola membentur ring dan bola masuk

5.5.Bola Masuk

Apabila bola masuk ke keranjang tanpa menyentuh papan ring basket.

G. Analisis Data

Setelah data terkumpul melalui tindakan disetiap siklus, selanjutnya data dianalisis melalui tabulasi, prosentase dan normative. Berdasarkan kategori ketuntasan belajar, siswa yang mendapat nilai dibawah 6 perlu diperhatikan, sedangkan siswa yang nilainya 6,5 keatas telah memenuhi ketuntasan belajar (KBK 2004). Untuk melihat kualitas hasil tindakan disetiap siklus digunakan rumus :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\% \text{ (Subagio, 1991 dalam Surisman)}$$

Keterangan :

P : Persentase keberhasilan

f : Jumlah gerakan yang dilakukan benar

N : Jumlah siswa yang mengikuti tes

Untuk melihat keefektifan hasil tindakan pada PTK ini digunakan perhitungan yang dikemukakan oleh *Goodwin dan Coates*, dalam Surisman (1976) dengan rumus sebagai berikut :

$$E = \frac{\bar{X}_n - \bar{X}_i}{\bar{X}_i} \times 100\%$$

Keterangan rumus :

E : Efektifitas gerak melempar pada siswa

\bar{X}_n : Rerata nilai akhir siklus ke -3

\bar{X}_i : Rerata nilai tes awal atau tes sebelum tindakan

Bila basil perhitungan meningkat 50% ke atas maka tindakan yang dilakukan dinyatakan efektif

H. Proses Pembelajaran Keterampilan Gerak dasar Menembak Bola Basket

1. Siklus pertama

Didalam pelaksanaannya, siklus pertama dilaksanakan pukul 08.45 s/d 10.15 wib (90 menit)

1.1.Rencana

- Menyiapkan alat-alat yang berkaitan dengan proses pembelajaran yaitu bola basket ukuran mini dan tinggi ring yang telah dimodifikasi serta instrumen yang diperlukan untuk mengobservasi tindakan.
- Pengenalan alat yang digunakan digunakan dalam pembelajaran modifikasi bola basket.
- Menyiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus pertama.

1.2.Tindakan

- Melakukan gerak dasar menembak dengan menggunakan bola basket mini.

- Memodifikasi prasarana pembelajaran bola basket yaitu ketinggian ring. Dengan tinggi tiang 2,50 meter.

1.3.Observasi

Setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi, diberikan waktu pengulangan dan dinilai/dievaluasi dari hasil pada siklus pertama dibantu oleh alat perekam evaluasi yang dapat di replay ulang untuk menjaga objektivitas penilaian.

1.4.Refleksi :

- Hasil observasi disimpulkan, bahwa pelaksanaan tindakan siklus pertama dengan menggunakan bola basket mini dan modifikasi ketinggian ring sangat berpengaruh terhadap proses pembelajaran menembak bola basket, namun masih terdapat kekurangan.
- Merencanakan tindakan untuk siklus kedua. Yang mana penulis berencana menggunakan bola kaki.

2. Siklus kedua

Di dalam pelaksanaannya, siklus kedua dilaksanakan pukul 08.45 s/d 10.15 wib (90 menit)

2.1.Rencana

- Menyiapkan alat-alat yang, berkaitan dengan proses pembelajaran yaitu : bola kaki dan tinggi ring yang telah dimodifikasi serta instrumen yang diperlukan untuk mengobservasi tindakan.
- Menyiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus kedua.

2.2.Tindakan :

- Melakukan gerak dasar menembak dengan menggunakan bola kaki
- Memodifikasi prasarana pembelajaran bola basket yaitu ketinggian ring. Dengan tinggi tiang 2,50 meter.

2.3.Observasi

Setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi, diberikan waktu pengulangan dan dinilai/dievaluasi dari hasil pada siklus kedua dibantu oleh alat perekam evaluasi yang dapat di replay ulang, untuk menjaga objektivitas penilaian.

2.4.Refleksi :

- Hasil observasi disimpulkan, bahwa pelaksanaan tindakan siklus kedua dengan menggunakan bola kaki dan modifikasi ketinggian ring sangat berpengaruh terhadap proses pembelajaran menembak bola basket, namun masih terdapat kekurangan.
- Merencanakan tindakan untuk siklus kedua. Yang mana penulis berencana menggunakan bola futsal.

3. Siklus ketiga

Didalam pelaksanaannya, siklus ketiga dilaksanakan 4 kali pertemuan waktu, pukul 08.45 s/d 10.15 wib (90 menit)

3.1.Rencana:

- Menyiapkan alat-alat yang berkaitan dengan proses pembelajaran yaitu : bola futsal tinggi ring yang telah

dimodifikasi dan instrumen yang diperlukan untuk mengobservasi tindakan.

- Menyiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus ketiga.

3.2.Tindakan

Melakukan gerak dasar menembak dengan menggunakan bola futsal.

Memodifikasi prasarana pembelajaran bola basket yaitu ketinggian ring. Dengan tinggi tiang 2,50 meter.

3.3.Observasi

Setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi, diberikan waktu pengulangan dan dinilai/dievaluasi dari hasil pada siklus ketiga dibantu oleh alat perekam evaluasi yang dapat di replay ulang untuk menjaga objektivitas penilaian.

3.4.Refleksi

Hasil observasi siklus ketiga didiskusikan dan disimpulkan, bahwa pelaksanaan tindakan siklus ketiga dengan menggunakan bola futsal terdapat peningkatan yang sangat signifikan dengan prosentase rata-rata di atas 50%, untuk itu penulis beranggapan bahwa penelitian ini dikatakan berhasil dan mendapat nilai yang memuaskan.