

III. METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Dalam memecahkan masalah sangat diperlukan suatu cara atau metode. Karena metode merupakan faktor penting dalam menentukan keberhasilan dari suatu penelitian terhadap suatu subjek yang akan diteliti. Dalam hal ini peneliti ingin menggunakan metode penelitian tindakan (kaji tindak) yang akan dilaksanakan pada siswa kelas V SDN 1 Tulung Agung Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu dengan alasan siswa kelas V SDN 1 Tulung Agung memiliki kesadaran pola hidup sehat yang kurang.

Penelitian tindakan bertujuan untuk mengembangkan ketrampilan-ketrampilan baru atau cara pendekatan baru dan untuk memecahkan masalah dengan penerapan langsung di dunia kerja atau dunia aktual lain.

Penelitian ini bercirikan sebagai berikut :

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

Sedangkan tujuan utama dari PTK adalah untuk perbaikan dan peningkatan praktik pembelajaran secara berkesinambungan, juga untuk pengembangan kemampuan ketrampilan guru untuk menghadapi permasalahan aktual

pembelajaran dikelasnya dan atau di sekolahnya sendiri. Dalam penelitian ini penulis merencanakan penelitian sampai tiga siklus dan disetiap siklus memiliki tindakan yang berbeda

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, 1982). Seluruh prosesnya telaah, diagnosis, perencanaan, pelaksanaan, pemantauan dan pengaruh menciptakan hubungan yang diperlukan antara evaluasi diri dari perkembangan profesional. Dalam penelitian ini penulis merencanakan penelitian sampai tiga siklus dan disetiap siklus memiliki tindakan yang berbeda.

Dalam pelaksanaanya setiap proses penelitian merupakan tindak lanjut dari siklus sebelumnya. Penelitian tindakan ini dilakukan melalui putaran yang setiap siklusnya terdiri dari rencana, tindakan, observasi dan refleksi.

B. Subyek Penelitian

Populasi adalah subjek penelitian yang berfungsi sebagai sumber data atau subjek dimana itu diperbaiki (Darsono Sujoso ;179). Yang dimaksud subyek penelitian ini adalah siswa kelas V SDN 1 Tulung Agung Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu, dengan pertimbangan bahwa siswa di SD tersebut memiliki kesadaran pola hidup sehat yang kurang.

C. Tempat dan Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

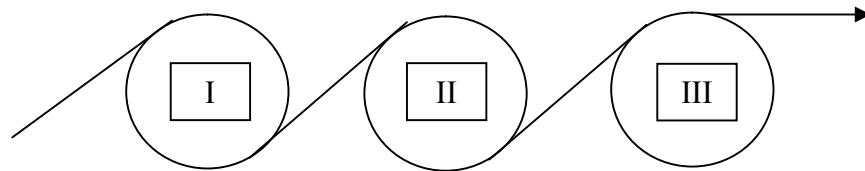
1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di siswa kelas V SDN 1 Tulung Agung Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu. pada siswa kelas V.

2. Pelaksanaan Penelitian

Lama waktu yang dilakukan dalam penelitian ini adalah satu bulan.

D. Rancangan Penelitian



Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

Keterangan:

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini meliputi tiga siklus (I, II, dan III), setiap siklus terdiri dari *perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi*

E. Proses Penyuluhan Kesehatan

Siklus I

Rencana :

1. Menyiapkan materi atau bahan atau alat peraga berupa gambar tentang cara memelihara bagian tubuh dan jenis-jenis penyakit yang menyangkut bagian tubuh bila tidak dipelihara
2. Menyiapkan instrumen yang diperlukan untuk mengobservasi tindakan.

3. Menyiapkan siswa untuk mengikuti proses penyuluhan kesehatan.

Tindakan :

1. Memberikan penjelasan tentang pentingnya hidup sehat dan cara memelihara anggota tubuh kepada siswa pada siklus pertama.
2. Menceritakan keuntungan dan kerugian bagi orang yang tidak memiliki kesadaran hidup sehat, serta berbagai penyakit yang timbul bila tubuh tidak dibersihkan.
3. Memberi kesempatan pada siswa untuk melakukan cara bagaimana membersihkan bagian tubuh dan menyebutkan berbagai jenis penyakit bila tubuh tidak dibersihkan

Observasi :

Setelah tindakan dilakukan kemudian diamati dan 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.

Refleksi :

1. Hasil observasi disimpulkan dan dianalisis, bahwa pelaksanaan tindakan siklus pertama dengan penyuluhan kesehatan sangat berpengaruh terhadap proses peningkatan pola hidup sehat, namun masih terdapat kekurangan.
2. Merencanakan tindakan untuk siklus kedua, yang mana penulis berencana memberikan penyuluhan kesehatan lanjutan dengan materi lebih terarah dan jelas lagi melalui penggunaan alat peraga yang menarik.

Siklus II

Rencana :

1. Menyiapkan materi atau bahan penyuluhan kesehatan dengan gambar-gambar yang menarik tentang cara membersihkan anggota tubuh dan jenis penyakit yang mengkut alat tubuh bila tidak dibersihkan
2. Menyiapkan instrument yang diperlukan untuk mengobservasi tindakan.
3. Menyiapkan alat atau media berupa poster tentang berbagai penampilan yang berkaitan upaya hidup sehat

Tindakan :

1. Menunjukkan gambar tentang berbagai kondisi hidup sehat
2. Menunjukkan gambar tentang berbagai penyakit yang ditimbulkan karena tidak memperhatikan pola hidup sehat dan memelihara anggota tubuh
3. Memberi kesempatan pada siswa untuk melakukan cara membersihkan anggota tubuh dengan benar

Observasi :

Setelah tindakan dilakukan, kemudian diamati dan 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

Refleksi

1. Hasil observasi disimpulkan, bahwa pelaksanaan tindakan siklus kedua dengan proses penyuluhan kesehatan sangat berpengaruh.
2. Karena hasil belajar $> 50\%$ siswa sudah dianggap mampu memperagakan cara memelihara tubuh dengan benar dan menyebutkan

jenis penyakit bila tidak membersihkan bagian tubuh dengan benar. Hal ini sesuai dengan persyaratan KKM, yaitu bila siswa sudah mencapai skor atau nilai 65 mencapai 60% maka dianggap pembelajaran sudah tuntas dan dengan sendirinya siklus pun dianggap selesai. Karena penelitian ini ingin melihat sejauh mana tingkat efektivitas belajar siswa maka analisis menggunakan rumus efektivitas

F. Teknik Pengumpulan data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara, yang meliputi beberapa aspek dan berpedoman pada pola hidup sehat dari Rusli Lutan dalam Rahmat Hermawan (1998), yaitu meliputi:

- a. Makan dan minum yang kuantitas & kualitasnya seimbang (termasuk sarapan)
- b. Aktivitas jasmani/fisik
- c. Cukup santapan rohani
- d. Istirahat yang cukup
- e. Lingkungan bekerja/belajar yang cukup bersih dan nyaman
- f. Berobat ketika ssakit
- g. Periksa dokter secara periodik
- h. Keseimbangan antara waktu belajar, bekerja dan kegiatan lain
- i. Ada waktu luang/rekreasi

G. Teknik Analisis Data

Untuk melihat seberapa besar peningkatan atau efektivitas kemampuan siswa dalam melakukan tolak peluru pada setiap siklus, maka menggunakan rumus :

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \% \quad (\text{subagio dalam Fajar, 2005:36})$$

Keterangan:

P = Prosentase keberhasilan

F = jumlah frekuensi yang dilakukan

N = jumlah siswa yang mengikuti tes

Sedangkan untuk mengetahui efektif atau tidaknya pembelajaran tolak peluru maka menggunakan rumus sebagai berikut:

$$E = \frac{\bar{X}_n - \bar{X}_1}{\bar{X}_1} \times 100\% \quad (\text{dalam Mardiyanto, 2006: 28})$$

Keterangan :

E = Efektifitas pembelajaran

\bar{X}_n = Rerata nilai akhir dari putaran

\bar{X}_1 = Rerata nilai sebelum tindakan

Sedangkan sebelum menghitung efektif dan tidaknya pembelajaran tolak peluru, masing-masing siswa dihitung rata-rata skor setiap tes dengan rumus:

$$\bar{X} = \frac{\Sigma}{n}$$

Keterangan:

\bar{X} = rerata nilai atau skor setiap siswa

Σ = Jumlah skor yang dicapai oleh siswa

n = Jumlah aspek yang harus dilakukan

H. Validnya Penelitian Tindakan Kelas

Menurut Freire and Cuningham dalam Muhadjir (1997), mengatakan bahwa validnya penelitian tindakan kelas bila tindakan itu memang aplikatif dan dapat berfungsi untuk memecahkan masalah yang dihadapi. Sehingga criteria validitas penelitian tindakan kelas terletak pada aplikatifnya atau berfungsinya tindakan untuk mengupayakan perbaikan atas masalah yang dihadapi.

Didasarkan pendapat di atas maka penelitian dalam setiap siklus telah memberikan dampak terhadap dalam upaya peningkatan pola hidup sehat melalui penyuluhan kesehatan pada siswa kelas V SDN 1 Tulung Agung Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu.