

III. METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Dalam suatu penelitian perlu menetapkan suatu metode yang sesuai dan dapat membantu mengungkapkan suatu permasalahan yang akan diteliti.

Keberhasilan dalam penelitian ilmiah tidak akan lepas dari metode yang digunakan dalam penelitian tersebut. Penggunaan metode dalam penelitian disesuaikan dengan masalah dan tujuan penelitian. Metode penelitian mempunyai peran penting dalam melacak data dan menganalisisnya.

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan penelitian tindakan kelas, yaitu suatu pencermatan terhadap kegiatan yang sengaja dimunculkan dan terjadi di dalam kelas (Suharsimi Arikunto, 2010:130).

B. Subjek Penelitian

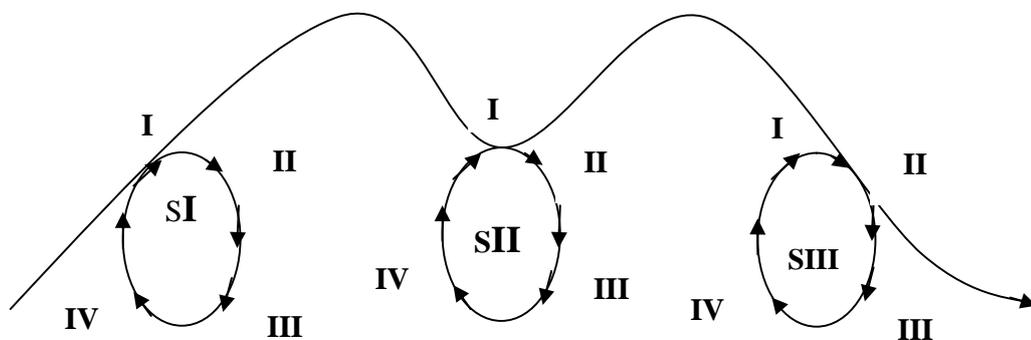
Penelitian dilakukan pada siswa kelas V SD IT Baitul Jannah yang berjumlah 24 siswa, terdiri dari 20 laki-laki dan 16 perempuan.

C. Prosedur Penelitian

Arikunto (2010:130) mengemukakan bahwa penelitian tindakan kelas dilaksanakan dalam siklus-siklus tindakan kelas. Dalam penelitian ini, direncanakan terdiri dari dua siklus tindakan. Langkah awal yang dilakukan

guru adalah melakukan identifikasi permasalahan kelas melalui observasi awal pada hasil belajar/kemampuan siswa pada materi roll depan. Observasi awal dilakukan untuk mengetahui tindakan yang tepat yang harus dilakukan guru dalam menyelesaikan masalah rendahnya kemampuan siswa pada materi.

Setelah memperoleh rumusan masalah dari hasil observasi dan refleksi awal pembelajaran guru, selanjutnya dilakukan siklus tindakan yang meliputi: (1) perencanaan (*planning*), (2) pelaksanaan tindakan (*action*), (3) observasi (*observation*), dan (4) refleksi (*reflection*). Pada fase refleksi siklus pertama, guru menganalisis proses tindakan pada siklus pertama dan memperbaiki hal-hal yang kurang tepat untuk diatur ulang pada fase perencanaan di siklus kedua. Prosedur kerja tersebut secara garis besar dapat digambarkan dalam skema berikut.



Gambar . Spiral Penelitian Tindakan Kelas. (Muhajir, 1997: 123)

Keterangan gambar :

SI : Siklus I

SII : Siklus II

SIII : Siklus III

I. : Perencanaan (*Planning*)

Dalam tahap ini peneliti menjelaskan tentang apa, mengapa, kapan, dimana, oleh siapa dan bagaimana tindakan tersebut dilakukan serta pada tahap perencanaan ini dipersiapkan skenario pembelajaran, fasilitas sarana pendukung yang diperlukan dan juga instrument untuk merekam data mengenai proses hasil tindakan. Pada perencanaan ini juga dilaksanakan simulasi pelaksanaan tindakan perbaikan untuk menguji ketelaksanaan rancangan.

II. : Tindakan (*Action*)

Tindakan adalah pelaksanaan yang merupakan implementasi atau penerapan isi rancangan yaitu mengenakan tindakan kelas.

III. : Observasi

Observasi adalah kegiatan pengamatan yang dilakukan oleh pengamat suatu tindakan.

IV. : Refleksi

Refleksi merupakan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan.

Dalam penelitian tindakan, ada kata tindakan artinya dalam hal ini guru melakukan sesuatu yaitu untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Dengan kata lain, penelitian tindakan kelas ini harus menyangkut upaya guru dalam bentuk proses belajar mengajar yang mengutamakan hasil lebih baik dari sebelumnya.

D. Pelaksanaan Tindakan

Prosedur penelitian tindakan kelas ini terdiri atas dua siklus atau lebih. Tiap siklus dilaksanakan sesuai dengan perubahan yang ingin dicapai, seperti apa

yang telah didesain sebelumnya. Untuk mengidentifikasi kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan roll depan, serta melihat persentase siswa yang sudah mampu melakukan dengan benar, maka diberikan tes diagnosis sebagai evaluasi awal (*initial evaluation*).

Setelah melakukan observasi dan evaluasi awal, selanjutnya guru menetapkan tindakan untuk meningkatkan kemampuan/hasil belajar materi roll depan dengan menggunakan alat bantu secara bertahap yaitu dengan memberikan beberapa stimulus untuk mempermudah gerakan siswa terutama pada saat melakukan dorongan tubuh ke depan. Secara lebih rinci prosedur penelitian tindakan kelas (*action research*) untuk siklus pertama dapat diuraikan sebagai berikut.

a. Perencanaan (*planning*)

Kegiatan dalam tahap perencanaan ini meliputi hal-hal sebagai berikut.

1. Studi pendahuluan terhadap keterampilan roll depan siswa.
2. Guru merencanakan pembelajaran roll depan menggunakan alat bantu bertahap dengan membuat RPP yang sesuai.
3. Guru menyiapkan aturan penggunaan media alat bantu dalam pembelajaran roll depan yang akan diberikan pada siklus 1
4. Guru menyiapkan tugas belajar yang harus dilakukan siswa untuk menguji keterampilan roll depan pada siklus 1 yaitu meminta siswa untuk melakukan roll depan menggunakan alat bantu.

5. Guru membuat rubrik penilaian untuk pembelajaran roll depan dengan alat bantu secara bertahap. Penilaian dapat didasarkan pada penguasaan teknik siswa dalam melakukan roll depan.
6. Guru menyiapkan alat dokumentasi.

b. Pelaksanaan/implementasi tindakan (*acting*)

Tahap pelaksanaan/implementasi tindakan merupakan tahap pelaksanaan proses pembelajaran di kelas. Pelaksanaan tindakan pada siklus 1 direncanakan akan dilaksanakan dalam 1 kali pertemuan, tiap pertemuan empat jam pelajaran (4 x 35 menit). Adapun kegiatan yang dilakukan selama proses pembelajaran secara lebih rinci adalah sebagai berikut.

1. Kegiatan pendahuluan
 - a. Guru menyiapkan peralatan yang akan digunakan.
 - b. Guru menyiapkan siswa untuk berbaris di lapangan.
 - c. Guru membuka pelajaran dan dilanjutkan dengan memeriksa kehadiran siswa dan mengarahkan siswa untuk mengukur denyut nadi sebelum pelajaran.
 - d. Guru menginformasikan kepada siswa mengenai tujuan pembelajaran yang akan dilakukan.
 - e. Guru memberikan motivasi dengan cara memberi gambaran manfaat keterampilan roll depan dalam kehidupan sehari-hari.
 - f. Guru memberikan apersepsi kepada siswa dengan mengingatkan kembali materi pembelajaran tentang teknik melakukan guling yang benar.

- g. Guru bersama siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis terlebih dahulu.

2. Kegiatan Inti

- a. Guru memulai pembelajaran roll depan dengan memberikan peragaan yang benar bagaimana cara dan teknik melakukan roll depan di depan siswa.
- b. Guru mengarahkan siswa untuk memperhatikan secara seksama contoh yang diberikan guru.
- c. Untuk mencari tahu sejauhmana pemahaman siswa setelah diberi contoh dengan meminta beberapa perwakilan dari siswa untuk mempraktikkan teknik dan cara roll depan di depan teman-teman.
- d. Guru memberikan kesempatan kepada semua siswa untuk menirukan gerakan teman-temannya tadi secara bergantian.
- e. Guru membantu siswadalam mempraktikkan bagaimana teknik dan cara melakukan roll depan serta memberi tahu kesalahan siswa dalam melakukan roll depan di setiap tahapnya.
- f. Guru memberi penjelasan mengenai prosedur dan manfaat penggunaan alat bantu dalam mengatasi kesulitan siswa dalam melakukan roll depan. Setelah itu, guru memberi contoh kepada siswa dalam melakukan roll depan menggunakan alat bantu.
- g. Siswa diberi kesempatan untuk melakukan roll depan menggunakan alat bantu secara bergantian. Pada tahap awal, siswa melakukan roll depan dengan alat bantu tertentu sehingga diharapkan siswa dapat merasakan kemudahan roll depan jika mereka menggunakan bantuan alat tersebut.

Selanjutnya guru mengubah/memvariasi tingkat kemiringan bidang yang digunakan siswa dalam melakukan roll deoan.

- h. Guru memantau tiap gerakan dan teknik roll depan yang dilakukan siswa.
- i. Guru membantu siswa yang mengalami kesulitan serta mencatat hasil belajar mereka.

3. Kegiatan Pendinginan

- a. Guru meminta siswa untuk melakukan pendinginan.
- b. Guru mengarahkan siswa untuk mengukur denyut nadi.
- c. Guru memberi penguatan terhadap hasil evaluasi oleh peserta didik;
- d. Guru menutup pembelajaran.

c. Observasi

Setelah tindakan pada suatu siklus dilaksanakan, maka dilakukan observasi terhadap pelaksanaannya dengan menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan.

d. Refleksi

Berdasarkan hasil dari observasi yang dikumpulkan dan dianalisa, guru dapat merefleksi diri dengan melihat data observasi dan menyimpulkannya apakah kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan sesuai dengan tujuan dan target yang ditetapkan, yaitu meningkatkan kemampuan roll depan siswa. Selain itu, guru juga dapat melakukan refleksi melalui jurnal mengajar yang dibuat guru pada saat selesai melaksanakan kegiatan pembelajaran. Hasil analisa data yang

dilaksanakan dalam tahap ini digunakan sebagai acuan untuk merencanakan siklus berikutnya.

1. Rencana Tindakan

a. Siklus Pertama

1. Rencana

- a. Menyiapkan scenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan – kegiatan yang akan dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti dan penutup.
- b. Menyiapkan alat bantu simpai dan matras untuk proses pembelajaran.
- c. Mempersiapkan instrument untuk pengamatan proses pembelajaran.
- d. Menyiapkan alat untuk dokumentasi (kamera).
- e. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus pertama.

2. Tindakan

- a. Siswa dibariskan dan dibagi menjadi 4 sap.
- b. Kemudian siswa diberikan penjelasan tentang bentuk latihan yang akan dilakukan pada siklus pertama, yaitu posisi dari sikap awal pelaksanaan dan sikap akhir.
- c. Sebelumnya siswa diberikan contoh tehnik melakukan gerak dasar roll depan yang benar dari mulai sikap awalan, pelaksanaan dan sikap akhir dengan menggunakan alat bantu simpai, lalu siswa satu persatu menirukan seperti apa yang di contohkan.

Pelaksanaan Pada Siklus Pertama :

1. Sikap Awal : Siswa masih di barisan 4 sap.

2. Pelaksanaan : Siswa mempraktekkan gerak dasar roll depan dengan alat bantu simpai (mempraktekkan roll depan melalui simpai yang dipegang atau dibantu oleh guru).
3. Sikap Akhir : Posisi badan menghadap kedepan membelakangi alat bantu simpai yang telah ditelalui.
4. Setiap siswa melakukan gerakan dasar roll depan sebanyak 12 kali pengulangan.
5. Kegiatan tindakan selama 1 minggu untuk 3 kali pertemuan, setelah 3 kali pertemuan pada minggu berikutnya diadakan tes instrument roll depan.
6. Pada pertemuan ke 4 diambil penilaian.

3. Observasi

Setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi dan diberi waktu pengulangan, kemudian dinilai atau di evaluasi dengan menggunakan instrument yang telah dipersiapkan.

4. Refleksi

- a. Dari data hasil observasi dapat disimpulkan.
- b. Merencana tindakan pada siklus kedua.

b. Siklus Kedua

1. Rencana

- a. Menyiapkan scenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan – kegiatan yang akan dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti dan penutup.
- b. Menyiapkan alat bantu bola dan matras untuk proses pembelajaran.

- c. Mempersiapkan instrument untuk pengamatan proses pembelajaran.
- d. Menyiapkan alat untuk dokumentasi (kamera).
- e. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus pertama.

2. Tindakan

- a. Siswa dibariskan dan dibagi menjadi 4 sap.
- b. Kemudian siswa diberikan penjelasan tentang bentuk latihan yang akan dilakukan pada siklus kedua, yaitu posisi dari sikap awal pelaksanaan dan sikap akhir.
- c. Sebelumnya siswa diberikan contoh tehnik melakukan gerak dasar roll depan yang benar dari mulai sikap awalan, pelaksanaan dan sikap akhir dengan menggunakan alat bantu bola, lalu siswa satu persatu menirukan seperti apa yang di contohkan.

3. Pelaksanaan Pada Siklus Kedua :

- a. Sikap Awal : Siswa masih di barisan 4 sap.
- b. Pelaksanaan : Siswa mempraktekkan gerak dasar roll depan dengan alat bantu bola (mempraktekkan roll depan sambil memegang bola).
- c. Sikap Akhir : Posisi badan menghadap kedepan sambil memegang alat bantu bola.
- d. melakukan gerakan Setiap siswa dasar roll depan sebanyak 3 kali pengulangan.
- e. Kegiatan tindakan selama 1 minggu untuk 3 kali pertemuan, setelah 3 kali pertemuan pada minggu berikutnya diadakan tes instrument meroda.

f. Pada pertemuan ke 4 diambil penilaian.

3. Observasi

Setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi dan diberi waktu pengulangan, kemudian dinilai atau di evaluasi dengan menggunakan instrument yang telah dipersiapkan.

4. Refleksi

- a. Dari data hasil observasi dapat disimpulkan.
- b. Jika siswa belum mencapai ketuntasan maka dilakukan siklus selanjutnya.

c. Siklus Kedua

1. Rencana

- a. Menyiapkan scenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan – kegiatan yang akan dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti dan penutup.
- b. Menyiapkan alat bantu kardus dan matras untuk proses pembelajaran.
- c. Mempersiapkan instrument untuk pengamatan proses pembelajaran.
- d. Menyiapkan alat untuk dokumentasi (kamera).
- e. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus pertama.

2. Tindakan

- a. Siswa dibariskan dan dibagi menjadi 4 sap.
- b. Kemudian siswa diberikan penjelasan tentang bentuk latihan yang akan dilakukan pada siklus kedua, yaitu posisi dari sikap awal pelaksanaan dan sikap akhir.

- c. Sebelumnya siswa diberikan contoh tehnik melakukan gerak dasar roll depan yang benar dari mulai sikap awalan, pelaksanaan dan sikap akhir dengan menggunakan alat bantu kardus, lalu siswa satu persatu menirukan seperti apa yang di contohkan.

E. Instrumen dan Cara Pengambilannya

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan PTK di setiap siklusnya. Adapun aspek yang diamati dari instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari : (1) Tahap Persiapan (2) Tahap gerak atau tahap pelaksanaan (3) Akhir gerak (Roji, 2004: 15).

Untuk menetapkan skala penilaian dari instrumen ini, dibuat rentang nilai dari angka 1 sampai dengan 3. Angka 1 menunjukkan nilai kurang, angka 2 menunjukkan nilai sedang, angka 3 menunjukkan nilai baik. Instrumen dapat dilihat pada lampiran.

F. Teknik Analisis Data

Untuk melihat kualitas hasil tindakan disetiap siklus digunakan rumus :

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

Keterangan :

P : Prosentase keberhasilan

f : Jumlah siswa yang telah mencapai ketuntasan belajar

N : Jumlah siswa yang mengikuti tes

Penghitungan presentase dengan menggunakan rumus di atas harus sesuai dan memperhatikan kriteria ketuntasan belajar siswa di SD IT Baitul Jannah yang

dikelompokkan ke dalam dua kategori yaitu tuntas dan tidak tuntas dengan kriteria sebagai berikut.

Efektivitas

$$E = \frac{X_n - X_i}{X_i} \times 100\%$$

(Sudjana, 2005: 22)

Keterangan :

E = Efektivitas tindakan yang dilakukan

X_n = Rerata nilai akhir siklus ketiga

X_i = Rerata tes awal

Bila hasil perhitungan meningkat 50% keatas maka tindakan yang dillakukan dinyatakan efektif.