

### III. METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian tindakan karena penelitian ini dilakukan dengan metode kaji tindak dengan menggunakan pedoman penelitian tindakan kelas (*Class room action research*) atau CAR. Dari namanya sudah menunjukkan isi yang terkandung di dalamnya, yaitu sebuah kegiatan penelitian yang dilakukan di kelas atau di lapangan dikarenakan ada 3 kata yang membentuk pengertian tersebut, maka ada tiga pengertian yang dapat di terangkan, yaitu ;

1. Penelitian menunjukkan pada suatu kegiatan mencermati suatu objek dengan menggunakan cara dan aturan metodologi tertentu untuk memperoleh data atau informasi yang bermanfaat dalam meningkatkan mutu suatu yang menarik minat dan penting bagi peneliti.
2. Tindakan menunjukkan pada suatu gerak kegiatan yang sengaja dilakukukan dengan tujuan tertentu dalam penelitian pembentuk merangkaikan siklus kegiatan siswa.
3. Kelas dalam hal ini tidak terikat pada pengertian ruang kelas, tetapi ruang kelas dalam penelitain, yang lebih spesifik seperti yang lama dikenal dalam bidang pendidikan dalam pengajaran yang dimaksud dengan istilah

kelas adalah sekelompok siswa sekelas yang sama dari guru yang sama pula. Pada penelitian tindakan ini berciri sebagai berikut:

a) Praktis dan langsung relevan untuk situasi actual, b). menyediakan kerangka kerja yang teratur untuk memecahkan masalah dan perkembangan-perkembangan yang lebih baik, c). dilakukan melalui putaran-putaran yang bersepiral (Suharsimi Arikunto dkk, 2006 : 104).

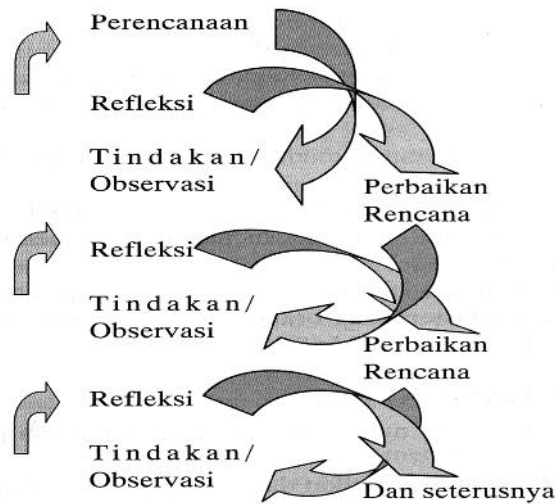
Menurut Suhardjono (2007: 58) Penelitian Tindakan Kelas adalah penelitian tindakan yang dilakukan dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran di kelasnya. Dalam PTK bukan hanya peneliti yang merasakan hasil tindakan tetapi bila perlakuan dilakukan pada responden maka responden dapat juga merasakan hasil perlakuan.

Menurut Suhardjono (2007: 61) tujuan PTK adalah untuk meningkatkan mutu proses dan hasil pembelajaran, mengatasi masalah pembelajaran, meningkatkan profesionalisme dan menumbuhkan budaya akademik.

Tujuan PTK ini dapat dicapai dengan melakukan berbagai tindakan alternatif dalam menyelesaikan berbagai persoalan pembelajaran, sehingga dihasilkan hal-hal sebagai berikut :

1. Peningkatan atau perbaikan terhadap kinerja belajar siswa di sekolah.
2. Peningkatan atau perbaikan terhadap mutu proses pembelajaran di kelas.
3. Peningkatan atau perbaikan terhadap kualitas penggunaan media, alat bantu, dan sumber belajar lainnya.
4. Peningkatan atau perbaikan terhadap kualitas prosedur dan alat evaluasi yang digunakan untuk mengukur proses dan hasil belajar siswa

5. Peningkatan atau perbaikan terhadap masalah pendidikan anak di sekolah
6. Peningkatan atau perbaikan terhadap kualitas penerapan kurikulum dan pengembangan kompetensi siswa di sekolah.



Gambar 10 : Spiral Penelitian

Tindakan Kelas. (Hopkins dalam Arikunto, 2007)

PTK terdiri dari rangkaian empat kegiatan yang dilakukan dalam siklus berulang. Empat kegiatan utama yang ada pada setiap siklus, yaitu (a) perencanaan tindakan (planning), (b) penerapan tindakan (action), (c) observasi dan mengevaluasi proses dan hasil tindakan, (d) refleksi dan seterusnya sampai perbaikan atau peningkatan yang diharapkan tercapai (kriteria keberhasilan).

## B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV SDN 7 Gadingrejo Pringsewu.

Tahun pelajaran 2011/2012.

### **C. Setting Penelitian**

#### **a. Tempat Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di SDN 7 Gadingrejo Pringsewu. Pelaksanaan Penelitian

Lama penelitian yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah satu bulan dengan 2 siklus.

### **D. Proses Pembelajaran Keterampilan Menyundul Bola (*Heading*).**

#### **1. Siklus Pertama**

##### **a. Perencanaan :**

1. Menyiapkan skenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti, penutup.
2. Mempersiapkan bola plastik sebagai modifikasi atau pengganti bola sesungguhnya yang akan dipergunakan pada siklus pertama sebanyak lima buah dan mempersiapkan instrumen yang dibutuhkan untuk mengobservasi tindakan.
3. Menyiapkan alat dokumentasi (kamera).
4. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran pada siklus pertama.

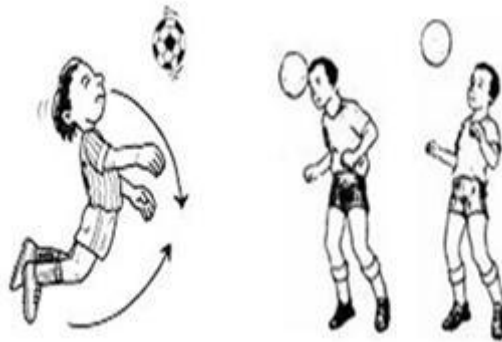
##### **b. Pelaksanaan :**

1. Siswa dibagi menjadi dua kelompok dan berbaris saling berhadapan dengan jarak 2,5 meter.

X X X X    X X X X  
 X X X X    X X X X  
 X X X X    X X X X  
 X X X X    X X X X

**Contoh sekema barisan siswa.**

2. Siswa diberikan penjelasan tentang bentuk gerakan yang akan dilakukan pada siklus pertama, yaitu dari sikap awal, pelaksanaan dan sikap akhir gerak dasar menyundul bola (*heading*).
3. Siswa diberikan contoh gerak dasar menyundul bola (*heading*) yang benar, dari mulai sikap awal, pelaksanaan, akhir dengan menggunakan bola plastik.



**Gambar 3. Menyundul bola**

4. Kemudian siswa mendemonstrasikan gerak dasar menyundul bola (*heading*), berpasangan dengan teman di depannya secara bergantian, setelah mereka melakukan gerak dasar menyundul bola (*heading*) mereka kembali ke belakang barisan .

5. Siswa melakukan pengulangan gerak dasar menyundul bola (*heading*) selama 20 menit, dengan perkiraan setiap siswa melakukan gerak dasar menyundul bola (*heading*) sebanyak 30 kali.

**c. Pengamatan :**

Setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi dan diberi waktu pengulangan bagi siswa yang belum melakukan gerakan dengan benar, kemudian siswa dinilai dengan menggunakan instrumen yang telah dipersiapkan.

**d. Refleksi :**

Kesimpulan dari hasil pembelajaran gerak dasar menyundul bola (*heading*) dengan menggunakan bola plastik, pada siklus kedua yang mana siswa melakukan gerak dasar menyundul bola (*heading*) dengan menggunakan bola karet, dan dilihat berapa persen peningkatan yang dicapai oleh siswa.

**2. Siklus Kedua**

**a. Perencanaan :**

1. Menyiapkan skenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti, penutup.
2. Mempersiapkan bola karet sebagai modifikasi atau pengganti bola sesungguhnya yang akan dipergunakan pada siklus kedua sebanyak lima buah dan mempersiapkan instrumen yang dibutuhkan untuk mengobservasi tindakan.

3. Menyiapkan alat dokumentasi (kamera).
4. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran pada siklus kedua.

**b. Pelaksanaan :**

1. Siswa dibagi menjadi dua kelompok dan berbaris saling berhadapan dengan jarak 3 meter.

```

X X X X   X X X X
X X X X   X X X X
X X X X   X X X X
X X X X   X X X X

```

**Contoh sekema barisan siswa.**

2. Siswa diberikan penjelasan tentang bentuk gerakan yang akan dilakukan pada siklus pertama, yaitu dari sikap awal, pelaksanaan dan sikap akhir gerak dasar menyundul bola (*heading*).
3. Siswa diberikan contoh gerak dasar menyundul bola (*heading*) yang benar, dari mulai sikap awal, pelaksanaan, akhir dengan menggunakan bola plastik.



**Gambar 4. Menyundul bola**

4. Kemudian siswa mendemonstrasikan gerak dasar menyundul bola (*heading*), berpasangan dengan teman di depannya secara bergantian, setelah mereka melakukan gerak dasar menyundul bola (*heading*) mereka kembali ke belakang barisan .
5. Siswa melakukan pengulangan gerak dasar menyundul bola (*heading*) selama 20 menit, dengan perkiraan setiap siswa melakukan gerak dasar menyundul bola (*heading*) sebanyak 30 kali.

**c. Pengamatan :**

Setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi dan diberi waktu pengulangan bagi siswa yang belum melakukan gerakan dengan benar, kemudian siswa dinilai dengan menggunakan instrumen yang telah dipersiapkan.

**d. Refleksi :**

Kesimpulan dari hasil pembelajaran penjasokes sepak bola pada materi menyundul bola (*heading*) didiskusikan berapa persen peningkatan yang dicapai oleh siswa melalui refleksi dan hasil siklus ke-2 telah



mencapai ketuntasan pembelajaran dengan demikian maka penelitian ini dapat dihentikan pada siklus ke-2.

### E. Instrumen dan Cara Pengambilannya

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan penelitian yang dilakukan pada tiap siklusnya. Alat ini berupa tes keterampilan menyundul bola (*heading*) dari Roji.

instrument untuk menganalisa keterampilan gerak dasar menggiring bola yang di adopsi dari (ROJI,2006) dan setiap indicator diberi bobot 1-3.

#### Format Lembar Penilaian Keterampilan Gerak Dasar Menyundul Bola LEMBAR PENILAIAN

No	Aspek	Criteria penilaian	Nilai		
			1	2	3
1	Persiapan	➤ Sikap badan dan pandangan kearah sasaran, , berat badan diantara kedua kaki.			
		➤ kedua kaki di buka ke samping atau kangkang ke depan			
		➤ berat badan diantara kedua kaki			
2	Tahap gerakan	➤ Sebelum melakukan sundulan, badan di tarik sedikit kebelakang dalam posisi sedikit melenting			
		➤ Kedua lengan terbuka, siku di bengkakan mengimbangi badan.			
		➤ leher ditegangkan, pandangan kearah bola			
		➤ Gerakan badan ke depan menuju bola			
		➤ sundul bola tepat dengan dahi bagian depan hingga bola kembali meluncur ke depan			
3	Akhir gerakan	➤ Kembali k dengan keadaan seperti semula.			

( Diadopsi dari ROJI, 2006)

## F. Analisis Data

Setelah tindakan dilakukan, maka hasil penilaian dianalisis guna melihat prosentase kualitas hasil tindakan pada setiap siklus. Untuk menghitung prosentase keberhasilan siswa digunakan rumus :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\% \quad (\text{Subagio dalam Surisman, 1997})$$

Keterangan :

P : Prosentase keberhasilan

f : Jumlah yang melakukan benar

n : Jumlah siswa yang mengikuti tes

Selanjutnya berdasarkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) maka siswa yang dikatakan tuntas apabila :

1. Ketuntasan belajar telah mencapai nilai  $\geq 65$  atau persentase ketercapaian 65 % secara perorangan.
2. Ketuntasan belajar klasikal dicapai bila kelas tersebut telah terdapat 85 % siswa yang telah mendapat nilai  $\geq 65$  ( Pendidikan dan Latihan Profesi Guru 79).