

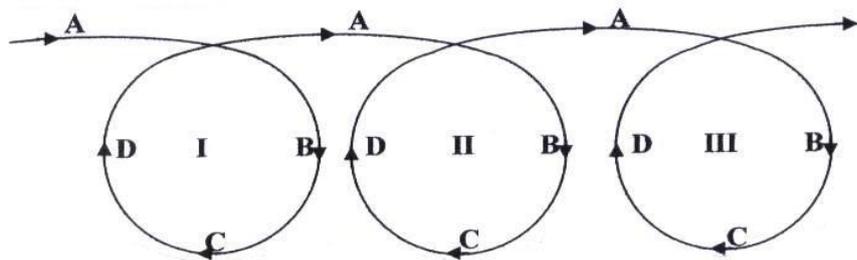
III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

1. Jenis penelitian

Penelitian ini adalah penelitian tindakan karena penelitian ini dilakukan dengan metode kaji tindak dengan menggunakan pedoman yang peneliti tindak kelas (*Classroom Action Research*) 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 diterangkan, 1) Penelitian menunjuk 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 menunjuk 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.

Ada beberapa ahli yang mengemukakan model penelitian tindakan dengan bagan yang berbeda, namun secara garis besar terdapat empat tahapan yang lazim dilalui, yaitu (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, dan (4) refleksi. Adapun model dan penjelasan untuk masing-masing tahapan adalah sebagai berikut.



Gambar 10. Siklus Tindakan Kelas Depdikbud (1999)

Keterangan Gambar di atas:

a. Perencanaan (*Planning*)

Dalam tahap ini peneliti menjelaskan tentang apa, mengapa, kapan, dimana, oleh siapa dan bagaimana tindakan tersebut dilakukan.

b. Pelaksanaan Tindakan (*Acting*)

Tahap ke-2 dari penelitian tindakan adalah pelaksanaan yang merupakan implementasi atau penerapan isi rancangan, yaitu mengenakan tindakan di kelas.

c. Pengamatan (*Observing*)

Tahap ke-3 yaitu kegiatan pengamatan oleh pengamat.

d. Refleksi (*Reflecting*)

Tahap ke-4 merupakan kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan.

2. Rencana Penelitian

Pada penelitian ini penulis melaksanakan penelitian sampai tiga siklus (sembilan kali pertemuan) kemudian diantara setiap siklusnya penelitian merencanakan kegiatan tindakan berbeda pada setiap siklus, akan tetapi setiap siklus saling berkaitan, setiap proses penelitian merupakan tindakan lanjutan dari siklus penelitian sebelumnya.

3. Proses Pembelajaran Gerak Dasar Menimang

A. Kegiatan Awal

- a. Pertemuan dengan subyek penelitian dengan memberikan pengarahan cara penggunaan alat modifikasi dalam pembelajaran gerak dasar menimang.
- b. Menyiapkan alat observasi sebagai alat pembantu.
- c. Menyiapkan alat modifikasi yaitu bola yang terbuat dari kertas yang digulung-gulung, bola plastik, dan bola takraw yang digantung.
- d. Setiap siswa memperagakan gerakan menimang secara bergantian. Gerakan menimang dilakukan dengan menggunakan bola takraw asli.

- e. Dari hasil pre-test, diambil kesimpulan bahwa kemampuan setiap siswa melakukan gerakan menimang bola takraw masih sangat rendah dikarenakan pemahaman mengenai teknik menimang bola takraw masih sangat kurang. Akibatnya, setiap siswa masih banyak yang salah dalam melakukan gerakan menimang bola takraw tersebut.

B. Persiapan

Persiapan yang diarahkan kepada situasi yang kondusif, agar tidak terdapat kejutan-kejutan yang dapat menimbulkan kegagalan dalam pelaksanaan pembelajaran yang ditujukan kepada siswa.

C. Implementasi Di Kelas (Lapangan)

- a. Memberi pengarahan kepada siswa.
- b. Memberikan petunjuk dan demonstrasi setiap gerakan.
- c. Melihat situasi kelas saat proses pembelajaran berlangsung.
- d. Mengamati pelaksanaan penelitian.
- e. Mencatat setiap hasil pembelajaran untuk refleksi siklus berikutnya.

D. Prosedur Modifikasi

Dalam pelaksanaan penelitian ini akan melibatkan guru dan siswa (kolaboratif partisipatis). Kerja sama ini diharapkan dapat mengatasi

permasalahan yang ada dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya aktifitas bermain sepak takraw,(teknik dasar menimang).

Pelaksanaan pembelajaran dilakukan sesuai dengan rencana penetapan alat modifikasi dengan memperhatikan indikator-indikator yang akan dinilai (evaluasi) yaitu gerak dasar menimang.

Dalam prakteknya, ketiga siklus yang diberikan merupakan suatu rangkaian tindakan yang saling terkait. Setiap rangkaian tindakan yang diberikan merupakan hasil dari evaluasi siklus.

4. Proses Pembelajaran Gerak Dasar Menimang

1. Siklus Pertama

Siklus pertama dilaksanakan dalam 3 kali pertemuan, pada pertemuan pertama dan kedua para siswa melaksanakan proses pembelajaran gerak dasar menimang menggunakan alat modifikasi yang pertama yaitu bola dari kertas yang digulung kemudian dilakukan tes menggunakan bola takraw asli pada pertemuan ketiga.

a. Rencana

- 1) Menyiapkan skenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan-kegiatan yang dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti, penutup;
- 2) Menyiapkan alat-alat sepak takraw untuk proses pembelajaran dan instrumen yang dibutuhkan untuk mengobservasi tindakan;

- 3) Menyiapkan alat untuk dokumentasi (*handycam* atau kamera);
- 4) Memperlihatkan gambar gerak menimang dengan benar dari persiapan, pelaksanaan dan gerak lanjutan;
- 5) Menyiapkan siswa untuk mengikuti proses pembelajaran sepak takraw khususnya menimang.

b. Tindakan

- 1) Siswa dibariskan sesuai dengan banyaknya bola sepak takraw dan siswa terbagi dengan merata setiap barisnya;
- 2) Menunjukkan dan menjelaskan pentingnya proses kaki, tangan, perkenaan bola, gerakan badan dalam gerak dasar menimang sepak takraw dari tahap persiapan, eksekusi/ pelaksanaan dan gerakan lanjutan;
- 3) Memperagakan gerakan menimang menggunakan bola modifikasi yang dibuat oleh peneliti yaitu memakai bola kertas yang digulung-gulung;
- 4) Setelah melihat dan dijelaskan bagaimana gerakan menimang sepak takraw yang benar dengan menggunakan bola modifikasi, kemudian siswa memperagakan gerak tersebut sesuai petunjuk yang sudah diperlihatkan;
- 5) Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengoreksi kesalahan gerakan yang dilakukan, kemudian memperbaiki gerakan yang salah dengan berpedoman pada petunjuk yang sudah diberikan.

c. Observasi

Setelah tindakan dilakukan, diamati dan dikoreksi dan berikan waktu pengulangan kemudian dinilai atau dievaluasi.

Siswa melakukan gerakan menimang dengan benar, dari persiapan, eksekusi/ pelaksanaan dan gerakan lanjutan. Kemudian dinilai atau dievaluasi oleh peneliti.

d. Refleksi

- 1) Dari data hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan ;
- 2) Diskusikan rencana tindakan pada siklus kedua. Berikut hasil refleksi:

1. Siswa dibariskan sesuai dengan banyaknya bola sepak takraw dan siswa terbagi dengan merata setiap barisnya;
2. Menunjukkan dan menjelaskan pentingnya proses kaki, tangan, perkenaan bola, gerakan badan dalam gerak dasar menimang sepak takraw dari tahap persiapan, eksekusi/ pelaksanaan dan gerakan lanjutan;
3. Memperagakan gerakan menimang menggunakan bola modifikasi yang dibuat oleh peneliti;
4. Setelah melihat dan dijelaskan bagaimana gerakan menimang sepak takraw yang benar dengan menggunakan bola modifikasi, kemudian siswa memperagakan gerak tersebut sesuai petunjuk yang sudah diperlihatkan;

5. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengoreksi kesalahan gerakan yang dilakukan, kemudian memperbaiki gerakan yang salah dengan berpedoman pada petunjuk yang sudah diberikan.

2. Siklus kedua

Pada siklus kedua juga dilaksanakan dalam tiga kali pertemuan, pada pertemuan pertama dan kedua para siswa melaksanakan proses pembelajaran gerak dasar menimang menggunakan alat modifikasi berupa bola plastik, setelah dilaksanakan pada dua pertemuan sebelumnya kemudian dilakukan tes menggunakan bola takraw asli pada pertemuan ketiga.

a. Rencana

- 1) Menyiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran penjas kes permainan sepak takraw menimang;
- 2) Menyiapkan instrumen berupa indikator-indikator gerak dasar menimang diantaranya persiapan, gerakan, dan gerakan akhir;
- 3) Menyiapkan bola plastik untuk pembelajaran menimang.

b. Tindakan

- 1) Membariskan siswa sesuai dengan jumlah bola untuk pembelajaran.
- 2) Siswa melakukan menimang dengan bola plastik dengan gerakan yang benar;

- 3) Setiap siswa menimbang sebanyak-banyaknya dalam waktu 1 menit secara bergantian dengan alat modifikasi (bola plastik);
- 4) Diberikan pengulangan gerakan menimbang secara berurutan.

c. Observasi

Setelah tindakan dilakukan, diamati dan dikoreksi diberikan waktu pengulangan dan dinilai atau dievaluasi.

Siswa melakukan gerakan menimbang dengan benar, dari persiapan, eksekusi/ pelaksanaan dan gerakan lanjutan. Kemudian dinilai atau dievaluasi oleh peneliti.

d. Refleksi

- 1) Dari data hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan;
- 2) Diskusikan rencana tindakan pada siklus kedua. Berikut hasil refleksi:
 1. Membariskan siswa sesuai dengan jumlah bola untuk pembelajaran.
 2. Siswa melakukan menimbang dengan bola plastik dengan gerakan yang benar;
 3. Setiap siswa menimbang sebanyak-banyaknya dalam waktu 1 menit secara bergantian dengan alat modifikasi (bola plastik);
 4. Diberikan pengulangan gerakan menimbang secara berurutan.

3. Siklus ketiga

Siklus ketiga juga dilaksanakan dalam 3 kali pertemuan, pada pertemuan pertama dan kedua para siswa melaksanakan proses pembelajaran gerak dasar menimang menggunakan alat modifikasi yang ketiga yaitu bola takraw asli yang digantung kemudian dilakukan tes yang terakhir menggunakan bola takraw asli pada pertemuan ketiga.

a. Rencana

- 1) Menyiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran penjas kes permainan sepak takraw menimang;
- 2) Menyiapkan alat yang berkaitan dengan proses pembelajaran ;
- 3) Menyiapkan instrument yang diperlukan untuk mengevaluasi dan mengobservasi tindakan.

b. Tindakan

- 1) Membariskan siswa sesuai dengan jumlah bola untuk pembelajaran;
- 2) Siswa melakukan menimang dengan bola yang digantung kemudian melakukan gerakan yang benar;
- 3) Setiap siswa menimang sebanyak-banyaknya dalam waktu 1 menit secara bergantian dengan alat modifikasi (bola yang digantung);
- 4) Setiap siswa menimang sebanyak-banyaknya dalam waktu 1 menit secara bergantian dengan bola takraw sungguhan;

5) Diberikan pengulangan gerakan menimang secara berurutan.

c. Observasi

Setelah tindakan dilakukan, diamati dan dikoreksi diberikan waktu pengulangan dan dinilai maka dapat diketahui presentase keberhasilan sehingga dapat disimpulkan.

d. Refleksi

Kesimpulan dari hasil pembelajaran penjaskes permainan sepak takraw menimang didiskusikan berapa persen peningkatan yang dicapai oleh siswa. Berikut hasil refleksi:

- 1) Membariskan siswa sesuai dengan jumlah bola untuk pembelajaran;
- 2) Siswa melakukan menimang dengan bola yang terbuat dari kertas yang digulung kemudian melakukan gerakan yang benar;
- 3) Setiap siswa menimang sebanyak-banyaknya dalam waktu 1 menit secara bergantian dengan alat modifikasi (bola yang terbuat dari kertas yang digulung);
- 4) Diberikan pengulangan gerakan menimang secara berurutan.

Tabel 1 : Jadwal Kegiatan Penelitian Tindakan Kelas VIII 6 di SMP Negeri 1 Gadingrejo Pringsewu.

No	Kegiatan	Bulan			
		1	2	3	4
1	Persiapan				
2	Pelaksanaan penelitian				
3	Penyusunan hasil ujuiian skripsi				

5. Subyek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII 6 SMP Negeri I Gadingrejo Pringsewu, yaitu berjumlah 29 siswa.

6. Tempat dan Waktu

a. Tempat penelitian

Di lapangan Sepak takraw SMP Negeri I Gadingrejo Pringsewu kelas VIII 6.

b. Pelaksanaan penelitian

Lama waktu yang dilakukan dalam penelitian satu setengah bulan dan terdapat 3 siklus (6 kali pertemuan), satu siklusnya dilaksanakan setengah bulan atau 15 hari.

B. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan PTK (penelitian kaji tindak) disetiap siklusnya, Menurut Freir and Cuningham dalam Muhajir (1997;58).

“Alat untuk ukur instrumen dalam PTK dikatakan valid bila tindakan itu memegang aplikatif dan dapat berfungsi untuk memecahkan masalah yang dihadapi”.

Alat itu berupa indikator-indikator dari penilaian gerak dasar menimang, bentuk indikatornya adalah: (1) Tahap Persiapan (2) Tahap gerak atau tahap pelaksanaan (3) Akhir gerak.

Tabel 2 :
Format Lembar Penilaian
Gerak Dasar Menimang
LEMBAR PENILAIAN

Nama :

Kelas :

Materi :

No	Aspek	Indikator	Skor	
			0	1
1	Persiapan	<ul style="list-style-type: none"> - Berdiri tegak pandangan ke depan - Kaki dibuka selebar bahu - Salah satu tangan bersiap dengan memegang bola takraw 		
2	Pelaksanaan	<ul style="list-style-type: none"> - Bola dilempar sedikit melambung di depan badan - Berdiri dengan satu kaki sebagai tumpuan - Satu kaki diangkat sehingga telapak kakinya menghadap lutut kaki sebelahnya. - Kedatangan bola disambut oleh kaki dengan posisi sepak sila - Bola menyentuh kaki di bawah mata kaki dan diarahkan ke atas di depan badan. 		
3	Gerakan lanjutan	<ul style="list-style-type: none"> - Teruskan pemindahan berat badan ke arah jatuhnya bola - Turunkan kaki untuk menjaga keseimbangan 		
Jumlah Skor				

Adaptasi : Pembelajaran Permainan Sepak Takraw (Drs. Ucup Yusuf, M.Kes dkk, 2004:30)

Keterangan :

0 : Gerak salah

1 : Gerak benar

C. Teknik Analisis Data

Setelah data dikumpulkan melalui tindakan disetiap siklusnya, selanjutnya data dianalisis melalui tabulasi, presentase dan normatif. Teknik penilaian dalam proses pembelajaran menggunakan penilaian kuantitatif untuk melihat kualitas hasil tindakan disetiap siklus menggunakan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan :

P : Presentase keberhasilan

f : Jumlah gerakan yang dilakukan dengan benar

N : Jumlah siswa yang mengikuti tes