

III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

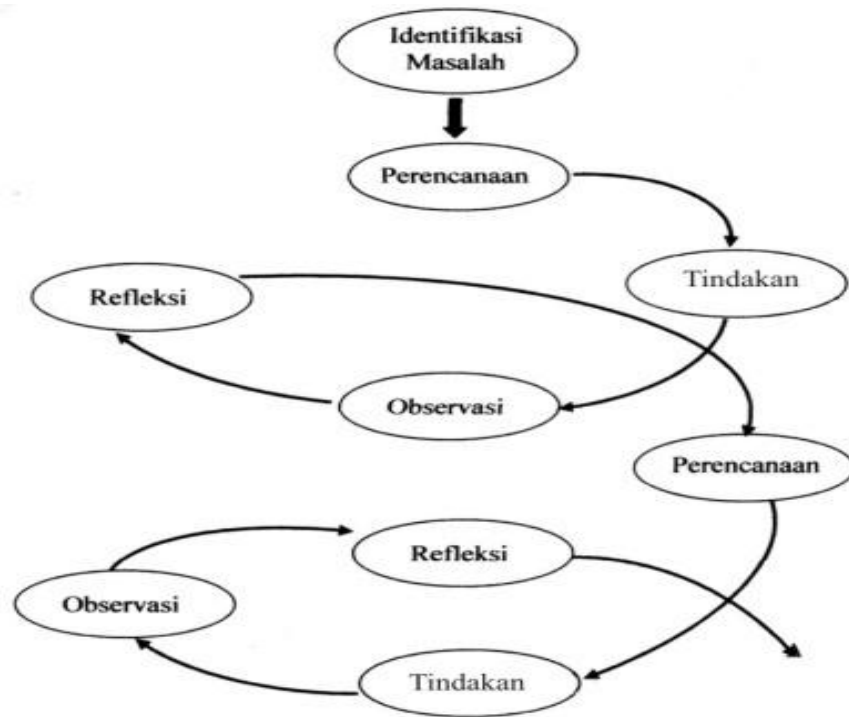
Metode yang akan digunakan oleh penulis dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*Classroom Action research*), karena jenis penelitian ini mampu menawarkan cara baru untuk meningkatkan atau mengefektifkan proses belajar mengajar dengan menggunakan indikator keberhasilan proses dan hasil pembelajaran yang terjadi. Pada proses pelaksanaannya PTK dilakukan dengan cara berkolaborasi dengan pihak lain untuk melaksanakan penelitiannya.

Dalam PTK, desain yang digunakan adalah bersifat spesifik melalui putaran-putaran spiral orientasi kemudian rencana, diteruskan dengan tindakan, observasi dan refleksi. Penelitian tindakan bertujuan untuk mengembangkan keterampilan-keterampilan baru untuk meningkatkan profesionalisme guru.

Ciri-ciri penelitian tindakan adalah sebagai berikut :

1. Praktis dan langsung relevan untuk situasi actual dalam dunia kerja.
2. Menyediakan kerangka kerja yang teratur untuk memecahkan masalah perkembangan-perkembangan yang lebih baik.
3. Dilakukan melalui putaran-putaran berspiral.

Dalam buku pedoman pelaksanaan PTK, desain dalam satu siklus ada beberapa komponen yang perlu dilakukan oleh peneliti dalam melakukan penelitian yaitu : rencana, tindakan, observasi dan refleksi (Arikunto, 2007 : 50). Seperti yang digambarkan dibawah ini :



Gambar 1. Siklus Penelitian Kaji Tindak Hopkins dalam Sanjaya (2010:56)

Keterangan:

- Perencanaan adalah menentukan tindakan apa yang akan dilakukan untuk memperbaiki, meningkatkan atau perubahan perilaku dan sikap yang diinginkan.

- Tindakan adalah melaksanakan tindakan apa yang telah direncanakan oleh peneliti sebagai upaya perbaikan, peningkatan atau perubahan yang diinginkan.
- Observasi, yaitu mengamati hasil yang dilaksanakan dengan tes.
- Refleksi, yaitu peneliti mengkaji, melihat dan mempertimbangkan atas hasil penelitian dari berbagai kriteria.

B. Subyek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV **SD Negeri 1 Gading Rejo Prengsewu** Tahun Pelajaran 2011/2012 yang berjumlah 28 orang, yaitu terdiri dari 15 putra dan 13 putri.

C. Setting Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 1 Gading Rejo Prengsewu Tahun Pelajaran 2011/2012.

2. Waktu Penelitian

Lama penelitian yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah dua bulan dengan 2 siklus, masing-masing siklus dilaksanakan dalam 3 kali pertemuan.

D. Rancangan Pelaksanaan Tindakan

Pada penelitian ini penulis melaksanakan penelitian sampai dua siklus (enam kali pertemuan) dan setiap siklus memiliki kegiatan yang berbeda tetapi

saling berkaitan. Dalam pelaksanaannya, setiap proses penelitian merupakan tindak lanjut dari siklus penelitian sebelumnya.

Berikut adalah rancangan pelaksanaan penelitian pada siswa kelas IV di SD Negeri 1 Gading Rejo Prengsewu Tahun Pelajaran 2011/2012, yaitu :

- **Tes Awal**

- ***Siklus Pertama***

1. Rencana :

- a) Menyiapkan instrument serta modifikasi alat pembelajaran lompat jauh untuk proses pembelajaran siklus I, yaitu keset, kardus dan matrass.
- b) Menyiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus pertama dan sebagai pendahuluan siswa melakukan pemanasan melalui permainan, peregangan statis dan dinamis.

2. Tindakan.

- a) Memperkenalkan alat dan menjelaskan cara pelaksanaan pembelajaran yang akan digunakan untuk siklus pertama, yaitu siswa melakukan awaln kemudian menolakkan kaki tolak pada keset yang telah disediakan lalu mendarat pada matrass yang digunakan sebagai pengganti bak pasir lompat jauh.
- b) Siswa dibariskan 4 persab, kemudian dipanggil sesuai absensi untuk melakukan gerakan dasar lompat jauh gaya jongkok.

c) Guru menjelaskan rangkaian gerak dasar lompat jauh gaya jongkok secara bertahap mulai dari awalan, tolakan, sikap di udara dan tahap mendarat.

3. Observasi.

Setelah tindakan dilakukan, lalu melakukan pengamatan, koreksi, diberikan waktu pengulangan dan dinilai/dievaluasi hasil dari pada siklus pertama.

4. Refleksi.

Hasil observasi diolah lalu disimpulkan, bahwa pelaksanaan tindakan pada siklus pertama sangat berpengaruh terhadap proses pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok, namun masih terdapat kekurangan, kemudian penulis merencanakan tindakan untuk siklus kedua, yaitu dengan menggunakan modifikasi alat berupa papan tolakan (box) yang berukuran lebih lebar, matrass dan bola yang diletakan di tempat pendaratan.

• ***Siklus Kedua***

1. Rencana

- a) Mempersiapkan alat-alat yang berkaitan dengan proses pembelajaran dan instrument yang diperlukan dalam pelaksanaan tindakan siklus kedua, yaitu berupa papan tolakan (box) yang berukuran lebih lebar, matrass dan bola yang diletakan di tempat pendaratan.
- b) Menyiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus kedua.

2. Tindakan

- a) Memperkenalkan dan menjelaskan alat pembelajaran yang akan digunakan untuk siklus kedua berupa papan tolakan (box) yang berukuran lebih lebar, matrass dan bola yang diletakan di tempat pendaratan.
- b) Siswa dibariskan menjadi 4 berbanjar sesuai urutan absen, untuk melihat/ mengamati peragaan keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok mulai dari gerakan diperlambat sampai ke gerakan cepat.
- c) Kemudian siswa dipanggil sesuai absensi untuk mempraktikkan keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok secara baik dan benar.

3. Observasi

Setelah tindakan diamati, koreksi, diberikan waktu pengulangan dan dinilai/dievaluasi hasil pada siklus kedua.

4. Refleksi

Hasil observasi siklus kedua didiskusikan diolah secara kuantitatif dan disimpulkan.

E. Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini diperoleh dengan cara melakukan tes keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa secara individu dengan menggunakan instrumen penilaian gerak dasar lompat jauh gaya jongkok yang telah disediakan oleh penulis.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan penelitian. Menurut Freir and Cuning Ham dalam Muhajir (1997;58) Menyatakan bahwa “Alat untuk ukur instrument dalam PTK dikatakan valid bila tindakan itu memegang aplikatif dan dapat berfungsi untuk memecahkan masalah yang dihadapi”.

Alat ukur itu berupa indikator-indikator dari penilaian keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok, bentuk indikatornya terdiri dari tahap awalan, tolakan, sikap di udara dan tahap mendarat (IAAF :2000) dengan sistem penilaian jika siswa memenuhi setiap aspek pelaksanaan pembelajaran di atas maka siswa mendapat nilai 1-3. Instrument dapat dilihat pada lampiran 1 halaman 43.

G. Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul dari tindakan di setiap siklus, selanjutnya data dianalisis melalui tabulasi, prosentase dan normatif. Untuk melihat kualitas hasil tindakan disetiap siklus dengan rumus (Subagio 1991:107 dalam Surisman, 1997) sebagai berikut :

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

Keterangan :

P : prosentase keberhasilan

f : jumlah gerakan yang dilakukan dengan benar

N : jumlah siswa yang mengikuti tes

Bila hasil perhitungan meningkat 50 % ke atas maka tindakan yang dilakukan dinyatakan berhasil.