

### **III. METODE PENELITIAN**

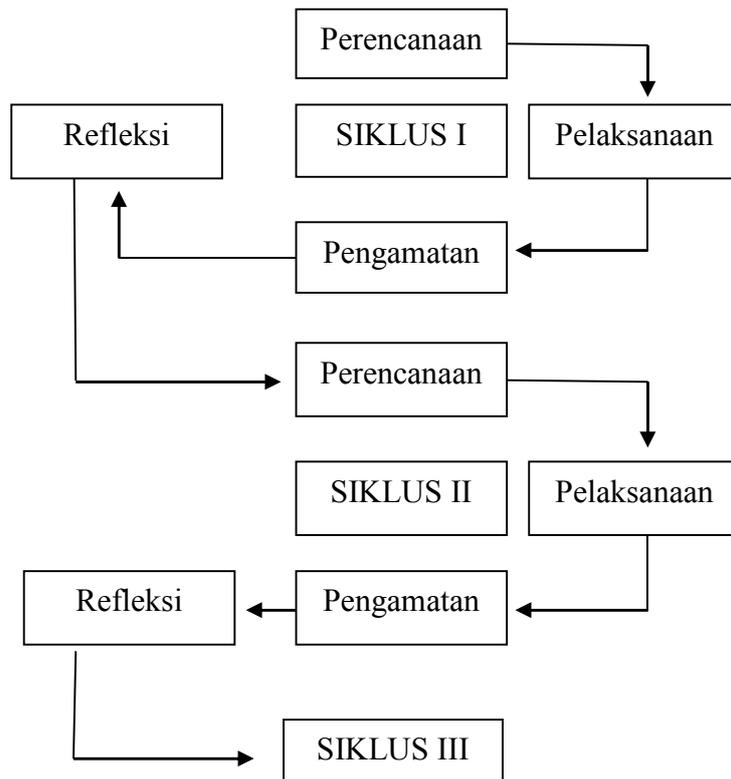
#### **A. Metode penelitian**

Setiap kegiatan penelitian yang dilakukan membutuhkan data-data yang valid, agar isi dari penelitian bisa dipertanggung jawabkan kebenarannya. Untuk mendapatkan data yang valid, hasil data yang diperoleh dalam penelitian harus dianalisa dengan menggunakan metode penelitian yang logis dan rasional agar tingkat validitas data bisa dipertanggung jawabkan. Menurut Sugiyono (2010:3) metode penelitian adalah “Cara ilmiah untuk memperoleh data dengan tujuan dan kegunaan tertentu”.

Terdapat beberapa metode yang bisa dipergunakan untuk pengkajian data dalam sebuah penelitian agar tujuan penelitian dapat tercapai seperti yang diharapkan. Untuk menggunakan suatu metode penelitian, peneliti harus memperhatikan jenis ataupun karakteristik serta objek yang akan diteliti agar penggunaan metode penelitian menjadi tepat. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian tindakan kelas, peneliti menggunakan metode ini di karenakan di dalam penelitian dilakukan metode kaji tindak pada proses pembelajaran. Menurut Suhardjomo (2007:58) “Penelitian Tindakan Kelas adalah penelitian tindakan yang

dilakukan dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran di kelasnya”.

Adapun pelaksanaan penelitian tindakan kelas menggunakan siklus sebagai berikut:



Bagan Model Penelitian Tindakan Suharsimi Arikunto (2007:16).

Keterangan tahapan Penelitian Tindakan Kelas

1. Perencanaan ; 2. Pelaksanaan; 3. Pengamatan; 4. Refleksi

#### 1. Perencanaan (*Planning*)

Dalam tahap ini peneliti menjelaskan tentang apa, mengapa, kapan, di mana, oleh siapa dan bagaimana tindakan tersebut dilakukan, serta menyiapkan skenario pembelajaran, fasilitas sarana pendukung yang diperlukan, dan juga instrumen untuk mengukur hasil tindakan.

## 2. Pelaksanaan (*Action*)

Dalam tahapan ini peneliti mengimplementasikan atau menerapkan isi rancangan, yaitu mengenakan tindakan di kelas.

## 3. Pengamatan (Oberservasi)

Dalam tahapan ini peneliti mengobservasi atau mengamati pelaksanaan tindakan kelas.

## 4. Refleksi (*Reflecting*)

Refleksi merupakan kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan.

Secara teori, sesungguhnya siklus PTK tidak harus ditetapkan terlebih dulu, sebab banyaknya siklus yang akan dilaksanakan sangat tergantung pada tingkat kejenuhan dan ketercapaian kriteria keberhasilan. Jika penelitian dalam dua siklus telah mencapai kriteria keberhasilan, maka siklus atau penelitian dapat dihentikan, demikian pula bila target yang direncanakan tidak tercapai dalam beberapa siklus, bahkan mengalami penurunan keberhasilannya, siklus pun dapat dihentikan.

### **B. Subyek penelitian**

Populasi menurut Suharsimi Arikunto (1998 : 108 ) Menjelaskan bahwa populasi adalah keseluruhan dari subjek penelitian. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SD Negeri 2 Margoyoso Kecamatan Sumberejo Kabupaten Tanggamus.

Sample adalah sebagian atau wakil populasi yang di teliti. Suharsimi Arikunto (1998 : 109) sedangkan menurut Sudjana (1996 : 184) sample

adalah sebagian dari populasi yang memiliki sifat dan karakter yang sama sehingga betul-betul dapat mewakili populasi. Adapun subjek yang digunakan adalah siswa Kelas V SD Negeri 2 Sri Rahayu Prengsewu.

No	Indikator	Deskriptor	Nilai	NA
----	-----------	------------	-------	----

### C. Tempat dan Waktu.

#### 1. Tempat Penelitian.

Di lapangan SD Negeri 2 Sri Rahayu Prengsewu.

#### 2. Pelaksanaan Penelitian

Lama waktu yang diperlukan dalam penelitian sampai pada tahap penyusunan skripsi berlangsung selama kurang lebih 3 bulan.

### D. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan PTK di setiap siklusnya, menurut Muhajir (1997:58) “Instrumen dalam PTK dikatakan valid bila tindakan itu memegang aplikatif dan dapat berfungsi untuk memecahkan masalah yang dihadapi”.

Instrumen yang dipergunakan dalam penelitian upaya meningkatkan keterampilan gerak dasar *chest pass* menggunakan bola plastik sebagai

			1	2	3	
1	Tahap Awal	1. Lihat target				
		2. Sikap berdiri yang seimbang				
		3. Tangan sedikit dibelakang bola				
		4. Posisi pergelangan tangan yang rileks				
		5. Posisi bola di depan dada				
		6. Siku masuk dan rapat				
2	Tahap Pelaksanaan	1. Lihat target				
		2. Pandangan jauh atau mengecoh sebelum operan				
		3. Melangkah pada arah operan				
		4. Rentangkan lutut, punggung dan lengan				
		5. Perkuat pergelangan tangan dan jari melalui bola				
		6. Perkuat tangan yang lemah melalui bola				
		7. Lepaskan bola dari tangan pertama dan kedua berurutan				
3	Tahap Gerak Lanjut	1. Lihat target				
		2. Lengan direntangkan				
		3. Telapak tangan menghadap kebawah				
		4. Jari-jari menunjuk pada target				
<b>Total</b>						

modifikasi bola basket pada siswa kelas V SD Negeri 2 Sri Rahayu

Prengsewu adalah berupa Indikator gerak dasar *chest pass*, yang terdiri dari

3 sikap yaitu: 1) sikap awalan; 2) sikap pelaksanaan; dan 3) sikap akhiran.

\*\* di adaptasi dari Wissel (2000:74)

Keterangan nilai *chest pass* :

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100 =$$

#### E. Teknik Analisis Data

Setelah data dikumpulkan melalui tindakan disetiap siklusnya, selanjutnya data di analisis melalui tabulasi, persentase dan normatif. Untuk melihat kualitas hasil tindakan di setiap siklus, maka peneliti menggunakan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan :

P : Persentase keberhasilan

f : Jumlah yang melakukan benar

N : Jumlah siswa yang mengikuti tes (Surisman 1997 )

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

1. Ketuntasan belajar telah mencapai nilai  $\geq 67$  atau persentase ketercapaian 67 % secara perorangan.
2. Ketuntasan belajar klasikal dicapai bila kelas tersebut telah terdapat 85 % siswa yang telah mendapat nilai  $\geq 67$  ( Pendidikan dan Latihan Profesi Guru 79).

## **F. Proses Pembelajaran Keterampilan Gerak Dasar Chest Pass**

### **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 bola basket 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 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

```

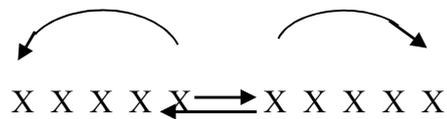
**Contoh sekema barisan siswa.**

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



**Gambar 5. Contoh gerak dasar *chest pass* menggunakan bola voli**

4. Kemudian siswa mendemonstrasikan gerak dasar *chest pass*, berpasangan dengan teman di depannya secara bergantian, setelah mereka melakukan gerak dasar *chest pass* mereka kembali ke belakang barisan .



**Keterangan:**

—————→ : Gerak dasar *chest pass*

↪ : Lari kebelakang barisan

5. Siswa melakukan pengulangan gerak dasar *chest pass* selama 20 menit, dengan perkiraan setiap siswa melakukan gerak dasar *chest pass* 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 *chest pass* dengan menggunakan bola plastik pada siklus kedua yang mana siswa melakukan gerak dasar *chest pass* dengan menggunakan bola kaki, dan dilihat berapa persen peningkatan yang dicapai oleh siswa.

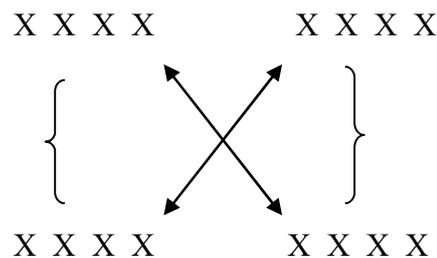
**2. Siklus Kedua**

**a. Perencanaan :**

1. Peneliti berkolaborasi dengan guru bidang studi.
2. Menyiapkan skenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti, penutup.
3. Mempersiapkan bola karet sebagai modifikasi bola basket yang akan dipergunakan pada siklus ke dua sebanyak lima buah dan mempersiapkan instrumen yang dibutuhkan untuk mengobservasi tindakan.
4. Menyiapkan alat dokumentasi (kamera).
5. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran pada siklus ke dua.

**b. Pelaksanaan :**

1. Siswa dibagi menjadi empat kelompok berbentuk persegi dan berbaris saling menghadap dengan jarak 2,5 meter.



**Keterangan :**

- ↔ : Arah gerakan *chest pass* menyilang ke arah depan.  
 { : Lari ke kelompok sampingnya.

2. Siswa diberikan penjelasan tentang bentuk gerakan yang akan dilakukan pada siklus ke dua, yaitu dari sikap awal, pelaksanaan dan

sikap akhir gerak dasar *chest pass*.

3. Siswa diberikan contoh gerak dasar *chest pass* yang benar, dari mulai sikap awal, pelaksanaan, akhir dengan menggunakan bola karet.
4. Kemudian siswa mendemonstrasikan gerak dasar *chest pass* ke kelompok yang lain dan begitu seterusnya secara berulang-ulang.
5. Siswa melakukan pengulangan gerak dasar *chest pass* selama 20 menit, dengan perkiraan setiap siswa melakukan gerak dasar *chest pass* 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 penjaskes bola basket pada materi *chest pass* 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.