

### **III. METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Metode Penelitian**

Metodologi penelitian adalah cara yang dilakukan secara sistematis mengikuti aturan-aturan, direncanakan oleh para peneliti untuk memecahkan permasalahan yang hidup dan berguna bagi masyarakat, maupun bagi peneliti sendiri.

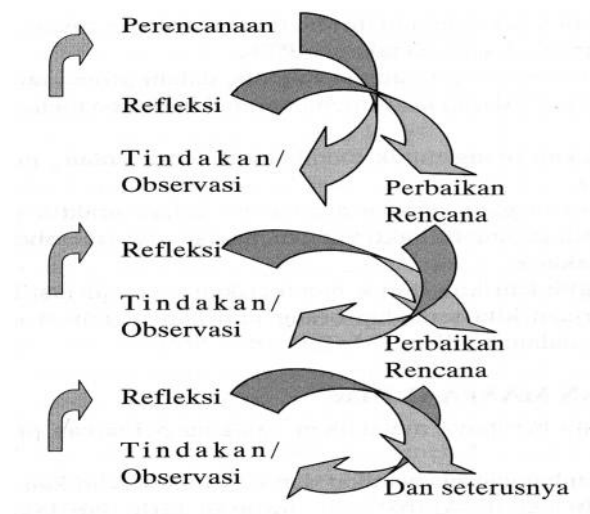
Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research). Menurut Arikunto dkk (2007: 58) Penelitian Tindakan Kelas adalah penelitian tindakan yang dilakukan dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran di kelasnya. Dalam PTK bukan hanya peneliti yang merasakan hasil tindakan tetapi bila perlakuan dilakukan pada responden maka responden dapat juga merasakan hasil perlakuan.

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dilaksanakan berdasarkan masalah yang benar-benar nyata muncul dari dunia tanggungjawab peneliti/ pendidik yaitu dalam pembelajaran. Masalah yang diteliti harus datang dari guru itu sendiri dan kemudian dicari pemecahannya. Masih rendahnya hasil keterampilan gerak dasar overhead pass siswa adalah masalah yang muncul dari proses pembelajaran di kelas dan kemudian dicari pemecahannya oleh peneliti

dengan merencanakan tindakan, melakukan pengamatan selama proses penelitian dan penilaian.

Menurut Arikunto dkk (2007: 61) menjelaskan bahwa 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 3. Spiral Penelitian Tindakan Kelas.  
(Hopkins dalam Arikunto dkk, 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. Setting Penelitian

1. Tempat penelitian : Penelitian dilakukan di Lapangan SD Negeri 7 Gadingrejo Pringsewu
2. Pelaksanaan penelitian : Penelitian dilakukan dalam 2 siklus, dengan lama penelitian adalah setengah bulan .

### **C. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SDN 7 GADINGREJO PRINGSEWU yang berjumlah 29 siswa, yaitu 13 siswa putra dan 16 siswa putri.

### **D. Proses Pembelajaran Penelitian Tindakan Kelas**

#### **1. Siklus Pertama (3xpertemuan)**

##### **a. Rencana**

1. Merancang skenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan- yang dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup.
2. Menyiapkan instrumen penilaian berupa indikator-indikator gerak dasar overhead pass yang meliputi tahap awalan, tahap gerakan dan tahap akhir.
3. Menyiapkan alat untuk dokumentasi (handycam atau kamera).
4. Mempersiapkan alat modifikasi berupa bola basket berbahan plastik yang ringan.
5. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus pertama.

##### **b. Tindakan**

1. Siswa dibariskan melakukan doa, absen dan pemberian persepsi dan motivasi
2. Siswa melakukan pemanasan dengan bentuk permainan.
3. Siswa dibagi menjadi lima kelompok berhadapan sesuai dengan banyaknya bola plastic.

4. Guru mendemonstrasikan bentuk latihan yang akan dilakukan, yaitu gerakan overhead pass.
5. Setiap siswa melakukan gerakan yang telah didemonstrasikan oleh guru sebanyak 5 kali.
6. Guru melakukan koreksi kesalahan gerakan overhead pass
7. Siswa melakukan gerakan overhead pass yang telah diperbaiki.

**c. Observasi**

1. Observasi dilakukan selama pemberian tindakan. Observasi dilakukan untuk melihat sejauh mana siswa mampu melakukan lemparan dari atas kepala.
2. Setelah tindakan dilakukan, kemudian dikoreksi dan diberikan waktu pengulangan dan dievaluasi dari hasil tindakan siklus pertama.

**d. Refleksi**

1. Hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan
2. Merumuskan rencana tindakan untuk siklus kedua

**2. Siklus II (3xpertemuan)**

**a. Rencana**

1. Merancang skenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan-kegiatan yang dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup.
2. Menyiapkan instrumen penilaian berupa indikator-indikator gerak dasar overhead pass yang meliputi tahap awalan, tahap gerakan dan tahap akhir.

3. Menyiapkan alat untuk dokumentasi (handycam atau kamera).
4. Mempersiapkan alat modifikasi berupa bola basket berbahan plastik yang ringan dan tali.
5. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus pertama.

**b. Tindakan**

1. Siswa dibariskan melakukan doa, absen dan pemberian persepsi dan motivasi.
2. Siswa melakukan pemanasan dengan bentuk permainan.
3. Siswa dibagi menjadi lima kelompok berhadapan sesuai dengan banyaknya bola plastik dengan seutas tali yang dipancangkan pada tiang untuk memperbaiki hasil lambungan lemparan
4. Guru mendemonstrasikan bentuk latihan yang akan dilakukan, yaitu gerakan overhead pass.
5. Setiap siswa melakukan gerakan yang telah didemonstrasikan oleh guru sebanyak 5 kali.
6. Guru melakukan koreksi kesalahan gerakan overhead pass
7. Siswa melakukan gerakan overhead pass yang telah diperbaiki.

**b. Observasi**

1. Observasi dilakukan selama pemberian tindakan. Observasi dilakukan untuk melihat apakah pembelajaran telah mencapai ketuntasan belajar yaitu siswa mampu melakukan gerak dasar overhead pass dengan baik.

2. Setelah tindakan dilakukan, kemudian dikoreksi dan diberikan waktu pengulangan.

### c. Refleksi

Hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan.

## E. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan penelitian yang dilakukan pada tiap siklusnya. Alat ini berupa indikator dari penilaian keterampilan gerak dasar yaitu: 1) sikap persiapan; 2) sikap pelaksanaan ; 3) gerak akhir.

Instrumen untuk menganalisis keterampilan gerak dasar meroda yang diadaptasi dari Hal Wissel (2000: 77) dimana penilaian dilakukan pada setiap indikator gerakan dengan bobot nilai 0-1.

Tabel 1. Format Penilaian Gerak Dasar Overhead Pass.

No	Indikator	Deskriptor	Nilai	
			0	1
1	Fase Persiapan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lihat target</li> <li>- Sikap berdiri yang seimbang</li> <li>- Tangan sedikit di belakang bola</li> <li>- Posisi pegangan tangan rileks</li> <li>- Bola di atas dahi</li> <li>- Siku masuk ke dalam</li> </ul>		
2	Fase Pelaksanaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lihat target</li> <li>- Pandangan mata jauh ke depan</li> <li>- Rentangkan lutut, punggung dan lengan</li> <li>- Lenturkan pergelangan tangan dan jari-jari</li> <li>- Lepaskan bola dari tangan</li> </ul>		

3	Fase Follow Through	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lihat target</li> <li>- Lengan direntangkan</li> <li>- Telapak tangan ke bawah</li> <li>- Jari-jari menunjuk pada target</li> </ul>		
---	---------------------	--	--	--

diadaptasi dari Hal Wissel (2000)

#### **F. Teknik 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 :

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

Keterangan :

P : Prosentase keberhasilan

f : Jumlah yang melakukan benar

n : Jumlah siswa yang mengikuti tes