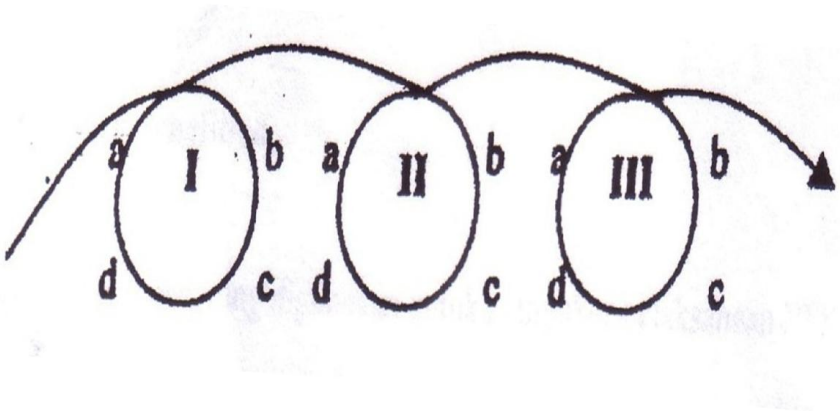
III. METODOLOGI PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas atau yang disebut Classroom Action Research, yaitu penelitian tindakan yang dilakukan dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran dikelasnya. 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. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan mutu proses dan hasil pembelajaran, mengatasi masalah pembelajaran, meningkatkan profesionalisme dan menunjukan budaya akademik. (Arikunto, dkk. 2007: 61).

Dalam penelitian PTK dikenal adanya siklus pelaksanaan berupa perencanaan, tindakan, observasi dan reflektif. Peneliti merencanakan penelitian sampai tiga siklus dan setiap siklus memiliki tindakan yang berbeda. Seperti digambarkan di bawah ini:



Gambar 2 : Spiral Penelitian Tindakan Kelas.

1. Setting Penelitian

a. Tempat penelitian :

SDN 1 Sukamaju Kecamatan Pugung Tanggamus

b. Pelaksanaan penelitian :

Penelitian dilaksanakan selama satu bulan (Februari 2012).

2. Subjek Penelitian

Penelitian dilakukan pada siswa kelas V di SDN 2 Tanjung Heran Kecamatan Pugung Tanggamus yang berjumlah 18 siswa, terdiri dari 7 laki-laki dan 11 perempuan.

3. Rencana Tindakan

Siklus I

Rencana :

a. Merancang kegiatan pembelajaran yang dilakukan pada siklus pertama meliputi kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup.

b. Mempersiapkan instrumen gerak dasar lompat tinggi gaya gunting untuk penilaian diakhir proses pembelajaran.

c. Menyiapkan alat untuk dokumentasi (handycam atau kamera).
d. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus pertama.

Tindakan :

a. Menjelaskan bentuk kegiatan yang akan dilakukan pada siklus pertama. Bentuk kegiatannya adalah latihan melompati karet dan menggunakan tiang dari pelepah pisang.
b. Siswa dibariskan kemudian siswa diberitahukan mengenai penelitian pada tatap muka tersebut.
c. Menginstruksikan siswa untuk melakukan latihan yang direncanakan pada tatap muka tersebut.

Observasi :

Setelah tindakan dilakukan lalu melakukan pengamatan, mengoreksi dan mengevaluasi dari hasil siklus pertama.

Refleksi :

a. Hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan
b. Merumuskan tindakan untuk siklus kedua

Siklus II

Rencana :

a. Merancang kegiatan pembelajaran yang dilakukan pada siklus pertama meliputi kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup.
b. Mempersiapkan instrumen gerak dasar lompat tinggi gaya gunting untuk penilaian diakhir proses pembelajaran.
c. Menyiapkan alat untuk dokumentasi (handycam atau kamera).

d. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus pertama.

Tindakan :

a. Menjelaskan bentuk kegiatan yang akan dilakukan pada siklus kedua, yaitu latihan lompat pada bambu.
b. Siswa dibariskan kemudian siswa diberitahukan mengenai penelitian pada tatap muka tersebut.
c. Menginstruksikan siswa untuk melakukan latihan yang direncanakan pada tatap muka tersebut.

Observasi :

Setelah tindakan dilakukan lalu melakukan pengamatan, mengoreksi dan mengevaluasi dari hasil siklus kedua.

Refleksi :

Hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan

4. Instrumen dan Cara Pengambilannya

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan PTK di setiap siklusnya. Instrumen dalam penelitian ini berupa penilaian kualitas gerak dasar lompat tinggi gaya gunting. Rentang nilai yang digunakan dalam penilaian adalah 1-3, dengan nilai 1 adalah kurang, 2 adalah cukup dan 3 adalah baik.

Tabel 1. Format Penilaian Gerak Dasar Lompat Tinggi Gaya Gunting.

No	Indikator	Deskriptor	Nilai		
			1	2	3
1	Tahap Persiapan	• Posisi badan tegak • Mata lurus ke depan melihat mistar			

		• Jarak untuk melakukan ancang-ancang sekitar 9 langkah • Posisi di samping depan mistar			
2	Tahap Pelaksanaan	• Lari perlahan, langkah kaki diperlebar • Tolakan pada lompat tinggi gaya guling dengan menggunakan kaki tumpu bagian dalam dan kaki ayun bagian luar • Sewaktu melakukan tumpuan dan menolak pada gaya guling kaki ayun langsung melangkah ke atas untuk melompati mistar. • Saat ada dorongan dari kaki tumpu badan dengan cepat dibalikkan serta kepala tunduk. Posisi pantat lebih tinggi dari pada pundak dan kaki tolak dilipat, kemudian digerakkan dari samping ke atas • Saat tangan kanan dan kepala berada di bawah mistar, tangan kiri diayunkan dan dilipat di atas punggung supaya tidak menyentuh mistar			
3	Tahap Akhir Gerakan	• Bagian tubuh yang pertamakali mendarat adalah kaki ayun dan kedua tangan.			

(Adaptasi M. Sakir)

5. Teknik Analisis Data

Untuk melihat kualitas hasil tindakan disetiap siklus digunakan rumus :

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

Keterangan :

P : Prosentase keberhasilan

f : Jumlah siswa yang telah mencapai ketuntasan belajar

N : Jumlah siswa yang mengikuti tes

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

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