

III. METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Dalam memecahkan masalah sangat diperlukan suatu cara atau metode. Karena metode merupakan faktor penting dalam menentukan keberhasilan dari suatu penelitian terhadap suatu subjek yang akan diteliti. Dalam hal ini peneliti ingin menggunakan metode penelitian tindakan (kaji tindak) yang akan dilaksanakan pada siswa kelas V SDN 3 Gedung Air dengan alasan bahwa siswa kelas V memiliki kemampuan yang kurang dalam melakukan kegiatan belajar mengajar Pendidikan Jasmani khususnya dalam senam lantai atau senam ketangkasan yakni roll belakang.

Menurut Sukardi (2003:93), metode 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.

Penelitian ini adalah penelitian tindakan karena penelitian ini dilakukan dengan metode kaji tindak dengan menggunakan pedoman penelitian tindakan kelas (*Class Room Action Research*) CAR dari namanya sudah menunjukkan isi yang terkandung di dalamnya, yaitu sebuah kegiatan penelitian yang dilakukan di kelas atau lapangan.

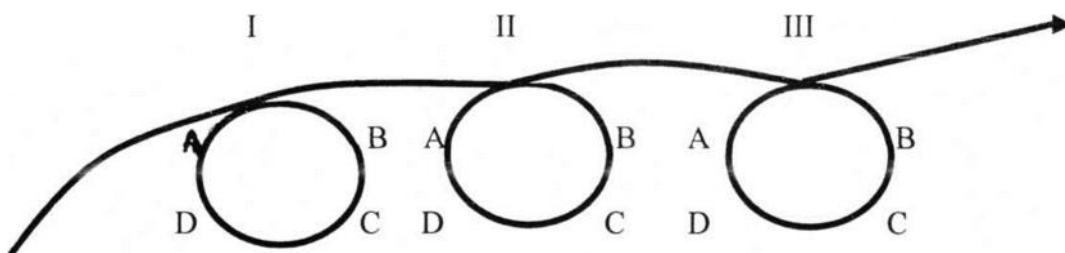
Suharsimi (2002:58), menjelaskan PTK melalui paparan gabungan definisi dari tiga kata, Penelitian + Tindakan + Kelas, sebagai berikut :

1. Penelitian adalah kegiatan mencermati suatu objek, menggunakan aturan metodologi tertentu untuk memperoleh data atau informasi yang bermanfaat untuk meningkatkan mutu suatu hal yang menarik minat dan penting bagi peneliti;
2. Tindakan adalah sesuatu gerak kegiatan yang sengaja dilakukan dengan tujuan tertentu, yang dalam penelitian berbentuk rangkaian siklus kegiatan;
3. Kelas adalah sekelompok siswa yang dalam waktu yang sama menerima pelajaran yang sama dari seorang guru;

(Suharsimi Arikunto, 2007:73), mengemukakan prinsip PTK, yaitu :

- a. Tidak mengganggu proses pembelajaran;
- b. Harus dipersiapkan dengan rinci dan matang;
- c. Tindakan harus konsisten dengan rancangan;
- d. Masalah benar-benar ada dan dihadapi oleh guru;

Penelitian tindakan kelas dilakukan melalui putaran atau spiral dengan beberapa siklus yang terdiri dari merencanakan, tahap melakukan tindakan, pengamatan dan tahap refleksi. Yang dimaksud dengan penelitian yang dilakukan melalui putaran spiral adalah penelitian melalui siklus-siklus berikut:



Gambar 3.1 Spirial Penelitian Tindakan Kelas. Dalam Buku Adaptasi (Muhajir1997) Dan Siklus Penelitian Kaji Tindakan Depdikbud (1999)

Keterangan gambar di atas :

1. Perencanaan (*Planning*)

Dalam tahap ini peneliti menjelaskan apa, mengapa, kapan, dimana, oleh siapa dan bagaimana tindakan tersebut dilakukan, serta pada tahap perencanaan ini dipersiapkan skenario pembelajaran, fasilitas sarana pendukung yang diperlukan, dan juga instrumen untuk merekam data mengenai proses hasil tindakan. Pada perancangan ini juga dilaksanakan simulasi pelaksanaan tindakan perbaikan untuk menguji keterlaksanaan rancangan. Dalam penelitian tindakan, masing-masing berdiri sebagai peneliti meskipun ketika menyusun rencana dilakukan bersama-sama.

2. Tindakan (*Action*)

Tindakan adalah pelaksanaan yang merupakan implementasi atau penerapan isi rancangan, yaitu mengenakan tindakan di kelas.

3. Observasi

Observasi adalah kegiatan pengamatan yang dilakukan oleh pengamat dalam suatu tindakan.

4. Refleksi

Refleksi merupakan kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan dan apakah yang akan dilakukan pada putaran berikutnya.

Penelitian tindakan bertujuan untuk mengembangkan keterampilan-keterampilan baru atau cara pendekatan baru dan untuk memecahkan masalah dengan penerapan langsung di dunia kerja atau dunia aktual lain. Penelitian ini bercirikan sebagai berikut :

1. Menyediakan kerangka kerja yang teratur untuk memecahkan masalah dan perkembangan baru yang lebih baik.
2. Bersifat kolaboratif
3. Tujuan untuk meningkatkan pelaksanaan suatu program pembelajaran yang efektif dan efisien.
4. Dilakukan melalui putaran-putaran berspiral.

Sedangkan tujuan utama dari PTK adalah untuk perbaikan dan peningkatan praktik pembelajaran secara berkesinambungan, juga untuk pengembangan kemampuan keterampilan guru untuk menghadapi permasalahan aktual pembelajaran dikelasnya dan atau di sekolahnya sendiri.

Dalam penelitian ini penulis merencanakan penelitian sampai tiga siklus dan disetiap siklus memiliki tindakan yang berbeda. Menurut John Elliot bahwa yang dimaksud dengan penelitian tindakan kelas (PTK) adalah kajian tentang situasi sosial dengan maksud untuk meningkatkan kualitas tindakan di dalamnya (Elliot, 1982).

Dalam penelitian ini penulis merencanakan penelitian sampai tiga siklus dan disetiap siklus memiliki tindakan yang berbeda. Dalam pelaksanaannya setiap proses penelitian merupakan tindak lanjut dari siklus sebelumnya. Penelitian tindakan ini dilakukan melalui putaran yang setiap siklusnya terdiri dari rencana, tindakan, observasi dan refleksi.

B. Subyek Penelitian

Subjek penelitian yang berfungsi sebagai sumber data atau subjek dimana itu diperbaiki (Darsono Sujoso;179). Yang dimaksud subyek penelitian ini adalah siswa kelas V SDN 3 Gedung Air yang berjumlah 20 orang, dengan pertimbangan bahwa siswa di kelas tersebut mendapat nilai dibawah standar rata-rata untuk pelajaran pendidikan jasmani khususnya senam lantai yakni roll belakang.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian Di lapangan SDN 3 Gedong Air Bandar Lampung
2. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama satu bulan, sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu siswa melakukan tes awal gerakan roll belakang dengan menggunakan instrumen penelitian yang telah dipersiapkan, untuk menentukan alat bantu yang akan digunakan pada setiap siklusnya dan urutan alat yang digunakan pada setiap siklusnya.

Diakhir pertemuan pada setiap siklus dievaluasi bersama para siswa dan guru penjas dan di akhir pertemuan kedua pada setiap siklus, siswa dites dengan menggunakan instrumen penilaian roll belakang yang telah dipersiapkan, lalu data tersebut dihitung dan dianalisis.

D. Proses Pembelajaran Roll Belakang

1. Siklus I

a. Rencana :

- a) Menyiapkan RPP pada materi roll belakang
- b) Menyiapkan alat-alat yang berkaitan dengan proses pembelajaran
- c) Menyiapkan instrument yang diperlukan untuk mengobservasi tindakan.
- d) Menyiapkan siswa untuk mengikuti proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani khususnya senam lantai yakni Roll Belakang melalui pemanasan dan pembentukan gerak.

b. Tindakan :

- a) Memberikan penjelasan, mengenalkan alat yang akan digunakan pada siklus pertama, seperti bola dari karet, kayu yang berupa prisma segi enam yang dilapisi karpet.
- b) Siswa melakukan gerakan dengan menggunakan alat bantu tadi secara berkelompok dan berulang-ulang
- c) Mengamati poster.

c. Observasi :

Setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi, diberikan waktu pengulangan dan dinilai / dievaluasi dari hasil pada siklus pertama dibantu oleh alat perekam evaluasi yang dapat di replay ulang untuk menjaga objektivitas penilaian.

d. Refleksi :

- a) Hasil observasi disimpulkan dan dianalisis, bahwa pelaksanaan tindakan siklus pertama dengan latihan kelentukan fleksibilitas .sangat berpengaruh terhadap proses pembelajaran gerak dasar roll belakang, namun masih terdapat kekurangan.
- b) Merencanakan tindakan untuk siklus kedua, yang mana penulis berencana memberikan latihan roll belakang.

2. Siklus II**a. Rencana :**

- a) Menyiapkan RPP untuk perbaikan pembelajarannya roll belakang
- b) Menyiapkan alat-alat yang berkaitan dengan proses pembelajaran berupa prisma segi enam yang dibungkus karpet
- c) Menyiapkan instrument yang diperlukan untuk mengobservasi tindakan.
- d) Menyiapkan siswa untuk mengikuti proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani khususnya senam lantai yakni Roll Belakang dengan pemanasan dan pembentukan gerak.

b. Tindakan :

- a) Memberikan petunjuk cara menggunakan alat bantu berupa prisma segi enam secara berulang-ulang dan sambil bermain
- b) Siswa melakukan roll ke belakang secara berkelompok dan berulang-ulang.
- c) Siswa melakukan latihan roll belakang satu persatu dan direkam

c. Observasi :

Setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi, diberikan waktu pengulangan dan dinilai/dievaluasi dari hasil pada siklus pertama dibantu oleh alat perekam evaluasi yang dapat di replay ulang untuk menjaga objektivitas penilaian

d. Refleksi

Hasil observasi disimpulkan, bahwa pelaksanaan tindakan siklus kedua cukup berhasil, hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan kemampuan gerak roll belakang hampir mencapai 100%

Dengan KKM lebih 65% maka pembelajaran dalam siklus berikutnya dihentikan

E. Teknik Pengumpulan data

Observasi adalah studi yang disengaja dan sistematis tentang fenomena-fenomena sosial dengan jalan pengamatan langsung (Kartini Kartono, 1983 : 142). Metode ini penulis gunakan untuk mengungkapkan data tentang kegiatan Roll Belakang.

F. Instrumen Penelitian

Instrument adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan PTK (Penelitian Tindakan Kelas) di setiap siklusnya, menurut Freir and Cuning Ham dalam Muhajir (1997:58). Alat untuk mengukur instrument dalam PTK (Penelitian Tindakan Kelas) dikatakan valid bila tindakan itu memegang aplikatif dan berfungsi untuk memecahkan masalah yang dihadapi.

G. Teknik Analisis Data

Untuk melihat seberapa besar peningkatan atau efektivitas kemampuan siswa dalam melakukan tolak peluru pada setiap siklus, maka menggunakan rumus :

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

(subagio dalam Fajar, 2005:36)

Keterangan :

P = Prosentase keberhasilan

F = jumlah frekuensi yang dilakukan

N = jumlah siswa yang mengikuti tes

Siswa yang dikatakan tuntas apabila :

1. Ketuntasan belajar telah mencapai nilai > 65 atau persentase ketercapaian 65% secara perorangan (KKM SDN 8 Gedong Air Bandar Lampung)
2. Ketuntasan belajar klasikal di capai bila kelas tersebut telah terdapat 85% siswa yang telah mendapat nilai > 65

Dalam penelitian ini dikatakan terjadinya peningkatan hasil belajar siswa, jika jumlah siswa yang tuntas belajar pada siklus pertama lebih sedikit dari pada sesudah siklus kedua dari jumlah siswa yang tuntas belajar pada tindakan siklus dan seterusnya, atau setiap pergantian siklus terjadi persentase peningkatan hasil belajar siswa.

G. Validnya Penelitian Tindakan Kelas

Menurut Freire and Cuningham dalam Muhadjir (1997), mengatakan bahwa validnya penelitian tindakan kelas bila tindakan itu memang aplikatif dan dapat berfungsi untuk memecahkan masalah yang dihadapi. Sehingga kriteria validitas penelitian tindakan kelas terletak pada aplikatifnya atau berfungsinya tindakan untuk mengupayakan perbaikan atas masalah yang dihadapi.

Didasarkan pendapat di atas maka penelitian dalam setiap siklus telah memberikan dampak terhadap upaya peningkatan gerak roll belakang melalui penggunaan alat bantu.