

### III. METODOLOGI 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 4 Pagelaran dengan alasan siswa kelas V SDN 4 Pagelaran memiliki kesadaran kesehatan pribadi yang kurang.

Penelitian tindakan bertujuan untuk mengembangkan ketrampilan-ketrampilan 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- 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 ketrampilan 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). Seluruh prosesnya telaah, diagnosis, perencanaan, pelaksanaan, pemantauan dan pengaruh menciptakan hubungan yang diperlukan antara evaluasi diri dari perkembangan profesional. 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.

### **1. Subyek Penelitian**

Populasi adalah 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 4 Pagelaran, dengan pertimbangan bahwa siswa di SD tersebut memiliki kesadaran kesehatan pribadi yang kurang..

## **B. Tempat dan Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK)**

### **a. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di siswa kelas V SDN 4 Pagelaran. pada siswa kelas V.

### **b. Pelaksanaan Penelitian**

Lama waktu yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah satu bulan.

### C. Teknik Pengumpulan data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik **wawancara**, yang meliputi beberapa aspek dan berpedoman pada kesehatan pribadi dari Rusli Lutan dalam Rahmat Hermawan (1998), yaitu meliputi:

- a. Makan dan minum yang kuantitas & kualitasnya seimbang (termasuk sarapan)
- b. Aktivitas jasmani/fisik
- c. Cukup santapan rohani
- d. Istirahat yang cukup
- e. Lingkungan bekerja/belajar yang cukup bersih dan nyaman
- f. Berobat ketika ssakit
- g. Periksa dokter secara periodik
- h. Keseimbangan antara waktu belajar, bekerja dan kegiatan lain
- i. Ada waktu luang/rekreasi

### D. Proses Penyuluhan Kesehatan

#### Siklus I

Rencana :

1. Menyiapkan materi atau bahan penyuluhan kesehatan dan instrumen yang diperlukan untuk mengobservasi tindakan.
2. Menyiapkan siswa untuk mengikuti proses penyuluhan kesehatan.

Tindakan :

1. Memberikan penjelasan tentang pentingnya hidup sehat kepada siswa pada siklus pertama.
2. Menceritakan keuntungan dan kerugian bagi orang yang tidak memiliki kesadaran hidup sehat..

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.

Refleksi :

1. Hasil observasi disimpulkan dan dianalisis, bahwa pelaksanaan tindakan siklus pertama dengan penyuluhan kesehatan sangat berpengaruh terhadap proses peningkatan kesehatan pribadi, namun masih terdapat kekurangan.
2. Merencanakan tindakan untuk siklus kedua, yang mana penulis berencana memberikan penyuluhan kesehatan.

## **Siklus II**

Rencana :

1. Menyiapkan materi atau bahan penyuluhan kesehatan dan instrument yang diperlukan untuk mengobservasi tindakan.
2. Menyiapkan alat atau media berupa poster tentang berbagai penampilan yang berkaitan upaya meningkatkan kesehatan pribadi

Tindakan :

1. Menunjukkan gambar tentang berbagai kondisi hidup sehat
2. Menunjukkan gambar tentang berbagai penyakit yang ditimbulkan karena tidak memperhatikan kesehatan pribadi

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

## Refleksi

1. Hasil observasi disimpulkan, bahwa pelaksanaan tindakan siklus kedua dengan proses penyuluhan kesehatan sangat berpengaruh, namun masih terdapat kekurangan.
2. Merencanakan tindakan untuk siklus ketiga, bila hasil observasi terdapat skor atau indikator yang rendah

## **E. 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 criteria validitas penelitian tindakan kelas terletak pada aplikatifnya atau berfungsinyatindakan untuk mengupayakan perbaikan atas masalah yang dihadapi.

Didasarkan pendapat di atas maka penelitian dalam setiap siklus telah memberikan dampak terhadap dalam upaya peningkatan kesehatan pribadi melalui penyuluhan kesehatan pada siswa kelas V SDN 4 Pagelaran.