

III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan strategi umum yang di anut dalam pengumpulan data dan analisis data yang diperlukan, guna menjawab persoalan yang dihadapi.

Penelitian ini adalah penelitian tindakan karena penelitian ini dilakukan dengan metode kaji tindak dengan mengacu pada *CAR (Clas room action research)*. Action research adalah penelitian yang bersifat partisipatif dan kolaboratif.

Maksudnya, penelitiannya dilakukan sendiri oleh yang berkepentingan, yaitu sipeneliti, dan diamati bersama dengan rekan-rekannya. Action research berbeda dengan studi kasus karena tujuan, sifat kasusnya yang tidak unik seperti studi kasus, dan prinsipnya yang tidak digunakan untuk menguji teori, dan dilakukan sendiri oleh peneliti serta diamati oleh rekan-rekan peneliti. Namun, kedua macam penelitian ini sama dalam hal, yaitu bahwa peneliti tidak memikirkan tentang generalisasi hasil penelitiannya.

Penelitian tindakan untuk mengembangkan keterampilan baru atau cara pendekatan baru dan untuk memecahkan masalah-masalah dengan penerapan langsung memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

1. Praktis dan langsung relevan untuk situasi aktual.
2. Menyediakan kerangka kerja yang teratur untuk memecahkan masalah dan perkembangan-perkembangan yang lebih baik.
3. Dilakukan melalui putaran-putaran spiral.

Stephen Kemmis dalam Siswyo Hardjodipuro(1997:5) berpendapat :

“Action Research adalah suatu bentuk penelitian refleksi-diri yang dilakukan oleh para partisipan (guru, siswa atau kepala sekolah, misalnya) dalam situasi-situasi sosial (termasuk pendidikan untuk memperbaiki rasionalitas dan kebenaran (a) praktek-praktek sosial atau pendidikan yang dilakukannya sendiri, (b) pengertian mengenai praktek-praktek ini, dan (c) situasi-situasi (dan lembaga-lembaga) di mana praktek-praktek tersebut dilaksanakan”.

Dasar sosial action research adalah keterlibatan: dasar pendidikan action research adalah perbaikan atau peningkatan mutu. Orang yang melakukan action research adalah orang yang menginginkan perubahan dari apa yang selama itu dijalankannya dan ingin lebih baik. Action research berarti action, baik mengenai sistemnya maupun mengenai orang-orang yang terlibat dalam system tersebut.

Action research bukan sekedar mengajar. Action research mempunyai makna sadar dan kritis terhadap mengajar, dan menggunakan kesadaran kritis terhadap dirinya sendiri untuk bersiap terhadap proses perubahan dan perbaikan mengajar. Action research mendorong para guru untuk berani bertindak dan berfikir kritis dalam mengembangkan teori dan rasional bagi mereka sendiri, dan bertanggung jawab mengenai pelaksanaan tugasnya secara professional. Pertanggungjawaban professional kepada masyarakat secara sistematis inilah yang membuat kegiatan ini sebagai penelitian.

Action research adalah penelitian sistematis yang hasilnya terbuka untuk diketahui masyarakat. Action research melibatkan refleksi diri yang berulang, yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan, refleksi dan perencanaan ulang, ia menuntut guru untuk sadar akan proses, dan untuk menyempurnakan persepsinya untuk mempertanggungjawabkan proses tersebut.

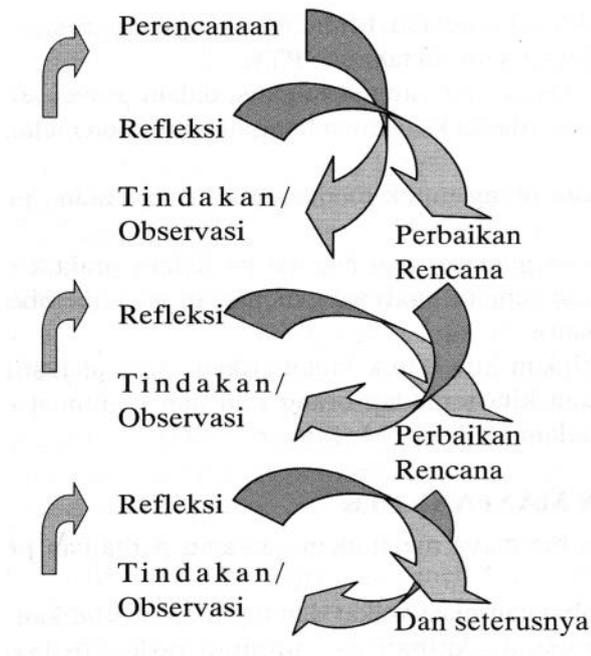
Action research adalah suatu pendekatan untuk memecahkan masalah-masalah pendidikan yang telah berkembang dari teori-teori sebelumnya. Ia tidak menolaknya sebagai teori-teori yang salah, melainkan menggeser tekanan dan perspektifnya.

Penelitian tindakan kelas bertujuan untuk memperbaiki pembelajaran. Perbaikan dilakukan secara bertahap dan terus menerus selama kegiatan penelitian dilakukan. Kemampuan keterampilan guru harus dikembangkan untuk menghadapi permasalahan actual pembelajaran di kelasnya atau di sekolahnya sendiri.

Perbaikan dilakukan secara bertahap dan terus menerus. Oleh karena itu, dalam penelitian tindakan kelas dikenal dengan adanya siklus pelaksanaan berupa perencanaan, tindakan observasi dan refleksi yang dilakukan oleh guru sehingga akan mendapat timbal balik yang sistematis mengenai apa yang selama ini dilakukan dalam proses pembelajaran.

Penelitian tindakan kelas dilakukan melalui putaran atau spiral dengan beberapa siklus yang terdiri dari merencanakan, tahap melakukan tindakan, pengamatan (Observasi) dan tahap refleksi.

Yang dimaksud dengan penelitian yang dilakukan melalui putaran spiral adalah penelitian yang melalui siklus-siklus berikut ini:



Gambar 6 : Spiral Penelitian Tindakan Kelas (Hopkins, 1993) dalam buku (Arikunto 1991:105)

Keterangan gambar di atas :

- Perencanaan (Planning)

Dalam tahap ini peneliti menjelaskan tentang apa, mengapa, kapan, dimana, oleh siapa dan bagaimana tindakan tersebut dilakukan.

- Tindakan

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

- Observasi

Observasi adalah kegiatan pengamatan yang dilakukan oleh pengamat

oleh suatu tindakan.

- Refleksi

Adalah merupakan kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan.

- Perbaiki rencana

Adalah memperbaiki suatu tindakan yang sudah dilaksanakan apabila tidak sesuai dengan tujuan yang diinginkan atau tindakan sesuai rencana.

B. Rencana Penelitian

Pada penelitian ini penulis melaksanakan penelitian sampai tiga siklus (sambilan kali pertemuan) kemudian di antara setiap siklusnya penelitian merencanakan kegiatan tindakan berbeda pada setiap siklus, akan tetapi setiap siklus saling berkaitan, setiap proses penelitian merupakan tindakan lanjutan dari siklus penelitian sebelumnya.

C. Subjek Penelitian

Adapun subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIIa SMP WIYATAMA Bandar Lampung yang berjumlah 32 siswa.

D. Tempat dan Waktu

- a. Tempat penelitian

Di lapangan SMP WIATAMA Bandar Lampung.

- b. Pelaksanaan penelitian

Lama waktu yang dilakukan dalam penelitian satu bulan dan terdapat 3 siklus (9 kali pertemuan).

E. Proses Pembelajaran Keterampilan Gerak Dasar Tolak Peluru Teknik

Linier

A. Siklus Pertama

a. Rencana

1. Menyiapkan skenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan-kegiatan yang dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti, penutup
2. Menyiapkan alat-alat tolak peluru (bola plastik beragam warna yang berjumlah 20 yang seukuran dengan peluru standar) untuk proses pembelajaran dan instrumen yang dibutuhkan untuk mengobservasi tindakan.
3. Menyiapkan siswa berbaris sesuai jumlah peluru untuk pembelajaran

b. Tindakan

1. Peluru dipegang masing-masing siswa setelah dibariskan dengan merata
2. Siswa melakukan lemparan sesuai dengan gerakan teknik melempar yang benar dan langkah dalam tindakan siklus pertama, siswa dibariskan sesuai dengan banyaknya peluru yang disediakan.
3. Setiap siswa melakukan sebanyak 5 kali gerakan secara berulang-ulang.
4. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengoreksi kesalahan gerakan yang dilakukan dan memperbaiki gerakan-gerakan yang masih salah.

c. Observasi

1. Observasi dilakukan selama pemberian tindakan. Observasi dilakukan untuk melihat apakah suasana dalam proses pembelajaran dengan penggunaan alat modifikasi dapat berjalan dengan baik.
2. Setelah tindakan dilakukan, diamati dan dikoreksi dan berikan waktu pengulangan kemudian dinilai atau dievaluasi

d. Refleksi

1. Dari data hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan
2. Didiskusikan rencana tindakan pada siklus kedua

B. Siklus kedua**a. Rencana**

1. Menyiapkan skenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan-kegiatan yang dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup.
2. Menyiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran penjasokes atletik nomor lempar tolak peluru teknik linier.
3. Menyiapkan alat yang berkaitan dengan proses pembelajaran, yaitu peluru yang sudah dimodifikasi (bola plastik beragam warna yang seukuran dengan peluru standar dan di isi semen yang dicampur dengan pasir sehingga beratnya menjadi lebih ringan dibanding berat peluru standar yang digunakan di sekolah), ini untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar tolak peluru teknik linier terutama pada tahap pelepasan dan tahap pemulihan.

4. Menyiapkan instrument yang diperlukan untuk mengevaluasi dan mengobservasi tindakan.

b. Tindakan

- 1) Siswa dibariskan sesuai dengan banyaknya peluru dan siswa terbagi dengan merata setiap barisnya.
- 2) Siswa melakukan gerak dasar tolak peluru teknik linier menggunakan peluru modifikasi, seperti yang dilakukan pada siklus pertama.
- 3) Siswa diberikan kesempatan melakukan pengulangan.
- 4) Siswa melakukan teknik lemparan dengan benar.

c. Observasi

1. Observasi dilakukan selama pemberian tindakan. Observasi dilakukan untuk melihat apakah suasana dalam proses pembelajaran dengan penggunaan alat modifikasi dapat berjalan dengan baik.
2. Setelah tindakan dilakukan, diamati dan dikoreksi dan berikan waktu pengulangan kemudian dinilai atau dievaluasi

d. Refleksi

1. Dari data hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan.
2. Didiskusikan rencana tindakan pada siklus ketiga.

C. Siklus ketiga

a. Rencana

1. Menyiapkan skenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan-kegiatan yang dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup.
2. Menyiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran penjasokes atletik nomor lempar tolak peluru teknik linier.
3. Menyiapkan alat yang berkaitan dengan proses pembelajaran, yaitu peluru yang sudah dimodifikasi (bola plastik beragam warna yang seukuran dengan peluru standar dan di isi semen yang dicampur dengan pasir sehingga beratnya menjadi lebih ringan dibanding berat peluru standar yang digunakan di sekolah, dan dua tiang serta satu tali), ini untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar tolak peluru teknik linier terutama pada tahap pelepasan dan tahap pemulihan dan sudut tolakan sehingga keterampilan gerak dasar tolak peluru teknik linier secara keseluruhan dapat di kuasai
4. Menyiapkan instrument yang diperlukan untuk mengevaluasi dan mengobservasi tindakan.

b. Tindakan

1. Siswa dibariskan sesuai dengan banyaknya peluru dan siswa terbagi dengan merata setiap barisnya.
2. Siswa melakukan gerak dasar tolak peluru menggunakan peluru modifikasi, seperti yang dilakukan pada siklus kedua dengan melewati tali yang diikat di kedua tiang.

3. Siswa diberikan kesempatan melakukan pengulangan.
4. Siswa melakukan teknik lemparan dengan benar.

c. Observasi

1. Observasi dilakukan selama pemberian tindakan. Observasi dilakukan untuk melihat apakah suasana dalam proses pembelajaran dengan penggunaan alat modifikasi dapat berjalan dengan baik.
2. Setelah tindakan dilakukan, diamati dan dikoreksi dan berikan waktu pengulangan kemudian dinilai atau dievaluasi

d. Refleksi

Hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan

F. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan PTK (penelitian kaji tindak) disetiap siklusnya, Menurut Freir and Cuning ham dalam Muhajir (1997;58) dijelaskan “Alat untuk ukur instrument dalam PTK dikatakan valid bila tindakan itu memegang aplikatif dan dapat berfungsi untuk memecahkan masalah yang dihadapi”

Alat itu berupa indikator-indikator dari penilaian keterampilan gerak dasar tolak peluru teknik linier, bentuk indikatornya adalah: (1) Tahap Persiapan (2) Tahap gerak gelincir (3) Tahap pelepasan (4) Tahap pemulihan, (IAAF-RDC,2000) dan di setiap indikator diberi bobot nilai 0 – 1.

Cara pengambilan nilai adalah dengan melakukan tes kualitas gerak dasar tolak peluru teknik linier mulai dari tahap persiapan sampai dengan tahap pemulihan. Dengan pemberian nilai jika melakukan gerakan yang benar mendapat nilai satu, sedangkan jika tidak melakukan gerakan dengan benar maka mendapat nilai nol.

G. Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul melalui tindakan di setiap siklus, selanjutnya data di analisis melalui tabulasi, prosentasi dan normative. Untuk melihat hasil tindakan dapat dilihat dari tiga sisi, yaitu: 1) Rerata mutlak, 2) Rerata kelas, dan 3) ketuntasan belajar.

Rumus yang digunakan sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\% \quad (\text{Subagio, 2004 : 36})$$

Keterangan:

P = Prosentasi Keberhasilan.

F = jumlah gerakan yang dilakukan benar.

N = Jumlah siswa yang mengikuti ujian/tes.

Bila hasil perhitungan meningkat 50% ke atas maka tindakan yang dilakukan dinyatakan efektif (Suharsimi Arikunto 2006:29).

Elliot dan Adelman (1973) dalam Siswoyo Hardjodipuro (1997:78) menyarankan triangulasi sebagai suatu cara yang sangat baik untuk mengumpulkan informasi dan persepsi. "Triangulasi" biasanya digunakan untuk merujuk kepada proses untuk memperoleh informasi mengenai suatu subyek dari tiga atau lebih sumber.