

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Metode dan Bentuk Penelitian**

##### **1. Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian Tindakan (*Action Research*). Menurut Arikunto (2012:2) penelitian tindakan merupakan penelitian yang dilakukan dengan tujuan memperoleh hasil belajar siswa yang memuaskan. Penelitian tindakan adalah kajian sistematis dari upaya perbaikan pelaksanaan praktis pendidikan oleh sekelompok guru dengan melakukan tindakan-tindakan pembelajaran berdasarkan refleksi mengenai hasil dari tindakan-tindakan tersebut. Ebbut Kunandar, (2013:10)

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa metode penelitian merupakan sebuah cara atau langkah untuk memperoleh data-data, kemudian dianalisis data-data yang diperoleh beserta menyimpulkan, guna memperoleh suatu pemecahan masalah dalam mencapai suatu tujuan yang diinginkan oleh peneliti.

##### **2. Bentuk Penelitian**

Bentuk penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*), artinya penelitian yang bersifat reflektif dengan menggunakan tindakan-tindakan tertentu agar dapat memperbaiki dan meningkatkan praktik-praktik pembelajaran dalam kelas. Arikunto (2015:1) mengatakan bahwa “Penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang memaparkan terjadinya sebab-akibat dari perlakuan, sekaligus memaparkan apa saja yang terjadi ketika perlakuan diberikan, dan memaparkan seluruh proses sejak awal pemberian perlakuan sampai dengan dampak dari perlakuan tersebut”. Krisyanto (2010:32) mengatakan “(PTK) dalam pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga adalah salah satu bentuk kajian yang bersifat reflektif dan dilakukan untuk meningkatkan keterampilan rasional guru-guru atau pelatih dalam melaksanakan tugas dalam memperdalam pemahaman terhadap tindakan-

tindakan yang dilakukan serta memperbaiki kondisi dimana praktik-praktik pembelajaran pendidikan jasmani dilaksanakan, dimulai dari adanya perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi untuk setiap siklusnya”.

Berdasarkan pernyataan-pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*), untuk memperbaiki sistem pembelajaran yang dilaksanakan di dalam kelas yang ada dengan menggunakan berbagai pendekatan bermain, teknik dan strategi sesuai dengan proses dan hasil yang akan ditingkatkan dalam pembelajaran. Untuk melakukan penelitian tindakan kelas kita harus melakukan observasi terlebih dahulu untuk menemukan kekurangan-kekurangan pada saat proses pembelajaran berlangsung, baik yang dapat kita amati dari gurunya maupun siswanya yang berdampak pada proses keterampilan dan hasil belajar.

## B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 32 Sungai Raya yang berjumlah 18 orang, dan semua siswa dikenai tindakan. Hal ini dilakukan karena penelitian tindakan kelas merupakan penelitian yang mengikuti alur pembelajaran yang sesungguhnya. Subjek penelitian tindakan kelas ini adalah siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 32 Sungai Raya. Dengan kriteria sebagai berikut:

**Tabel 3.1** Distribusi Subjek Penelitian

Jenis Kelamin	Subjek Penelitian
Laki-laki	10 Siswa
Perempuan	8 Siswa
Jumlah	18 Siswa

Sumber :Admisistrasi (TU)Sekolah Dasar Negeri 32 sungai Raya

### **C. *Setting* Penelitian**

#### 1. Tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 32 Sungai Raya, peneliti memilih tempat tersebut didasarkan pertimbangan diantaranya adalah

- 1) Sekolah Dasar Negeri 32 Sungai Raya merupakan tempat peneliti bertugas, peneliti telah mengenal bagaimana keadaan sekolah tersebut, serta siswa-siswi dan guru yang ada di sekolah tersebut sehingga dari hal ini peneliti dapat lebih mudah dalam berinteraksi dalam lingkungan sekolah tersebut.
- 2) Pada saat peneliti melakukan pra observasi pada sekolah tersebut, peneliti melihat suatu permasalahan yang terjadi di kelas V yaitu, kurangnya minat siswa dalam mengikuti pelajaran lompat jauh
- 3) Masih kurangnya Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) siswa dari yang nilai kriteria ketuntasan yang telah ditetapkan oleh sekolah. Berdasarkan beberapa hal tersebutlah yang menjadi latar dari peneliti untuk melakukan penelitian di Sekolah Dasar Negeri 32 Sungai Raya, tepatnya siswa kelas V.

#### 2. Waktu penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada saat jam mata pelajaran penjaskes menyesuaikan dengan jadwal guru mata pelajaran yang ada di Sekolah.

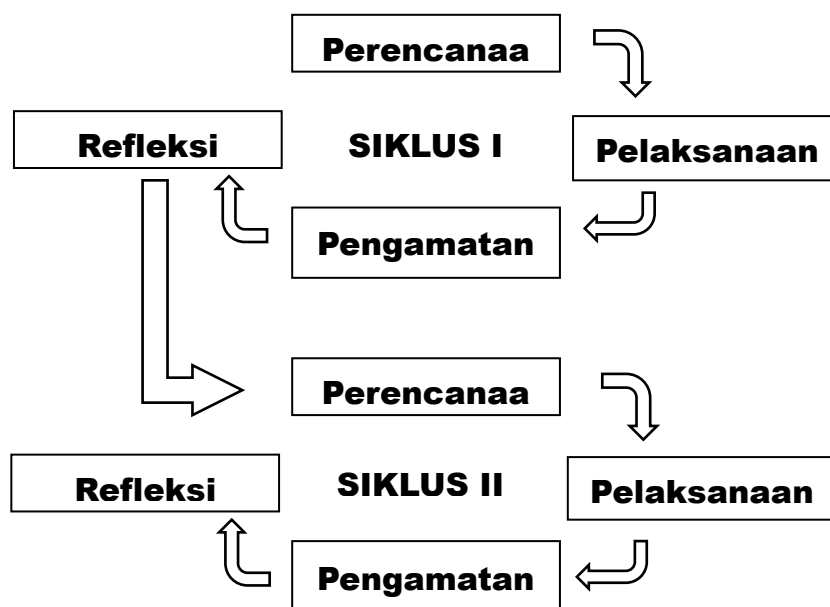
#### 3. Jenis dan Sumber Data

- 1) Pengumpulan data yang menggunakan teknik observasi langsung dengan alat lembar observasi. Jenisnya terfokus pada tingkah laku siswa dalam suatu proses pembelajaran, sedangkan Sumber datanya yakni guru dan siswa kelas V
- 2) Pengumpulan data yang menggunakan teknik dokumentasi dengan alat tes lompat jauh gaya jongkok. Sumber datanya siswa, sedangkan jenis data tertuju pada nilai siswa.

#### D. Prosedur dan Rencana Penelitian

Prosedur atau langkah-langkah yang akan dilakukan dalam penelitian ini dilaksanakan dalam kegiatan yang berbentuk penelitian. Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) ini direncanakan dalam beberapa siklus dan pertemuan untuk melihat peningkatan pembelajaran lompat jauh dengan penelekatan bermain. Setiap siklus penelitian terdiri dari kegiatan pokok yaitu, perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi.

Adapun gambaran siklus penelitian tindakan kelas sebagai berikut :



**Gambar 3.1** Siklus Penelitian Tindakan Kelas

Sumber: Suharsimi Arikunto, (2008:16)

##### Rancangan Siklus I

##### 1. Tahap perencanaan

Perencanaan adalah sebuah langkah yang paling awal, yaitu langkah untuk merencanakan tindakan yang telah dipilih untuk memperbaiki keadaan. Pada tahap perencanaan telah tertuang berbagai skenario untuk siklus yang bersangkutan, terutama tentang hal-hal teknis terkait dengan rencana pelaksanaan tindakan dan indikator-indikator capaian pada akhir siklusnya. Substansi perencanaan pada garis besarnya meliputi beberapa hal yang terkait dengan:

- a. Menyiapkan perangkat pembelajaran Silabus dan RPP.
- b. Peneliti dalam hal ini guru membuat persepsi dalam menggunakan metode permainan dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.
- c. Membuat skenario model pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan pendekatan bermain.
- d. Menyiapkan fasilitas pembelajaran, alat-alat untuk model pembelajaran.
- e. Peneliti membuat dan menyusun instrumen untuk melakukan monitoring pelaksanaan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan pendekatan bermain melalui lembar observasi.
- f. Menentukan teknis pelaksanaan penelitian.

## 2. Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan tindakan adalah tahap untuk melaksanakan hal-hal yang telah direncanakan dalam tahap perencanaan. Peneliti dalam perencanaan benar-benar dapat dilaksanakan. Tahap-tahap pelaksanaan pembelajaran meliputi

- a. Menjelaskan kegiatan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.
- b. Melakukan pembelajaran dengan pendekatan bermain.
- c. Membentuk kelompok dalam proses pembelajaran.
- d. Melakukan umpan balik dalam menanggapi materi pelajaran.
- e. Menarik kesimpulan.

## 3. Tahap Observasi

Tahap observasi adalah tahap mengamati kejadian yang ada pada saat pelaksanaan tindakan. Kejadian tersebut diamati atau diobservasi oleh peneliti. Pengamatan dilakukan pada saat observasi yaitu :

- a. Evaluasi terhadap pelaksanaan pembelajaran.
- b. Hasil peningkatan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.
- c. Kemampuan peningkatan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan pendekatan bermain.

#### 4. Tahap Refleksi

Refleksi pada dasarnya merupakan suatu bentuk perenungan yang sangat mendalam dan lengkap atas apa yang telah terjadi. Refleksi pada akhir siklus merupakan *sharing of idea* yang dilakukan peneliti atas hal yang telah direncanakan, dilaksanakan dan diobservasi pada siklus tersebut. Oleh karena itu ada yang mengatakan bahwa tahap refleksi itu merupakan tahap evaluasi untuk membuat keputusan akhir siklus.

#### Rancangan Siklus II

Pada siklus 2 perencanaan tindakan dikaitkan dengan hasil yang telah dicapai pada tindakan siklus 1 sebagai upaya perbaikan dari siklus tersebut dengan materi pembelajaran sesuai dengan silabus mata pelajaran pendidikan jasmani. Demikian juga termasuk perwujudan tahap pelaksanaan, observasi dan interpretasi serta analisis dan refleksi yang juga mengacu pada siklus sebelumnya.

### E. Teknik dan Alat Pengumpul Data

#### 1. Teknik Pengumpul Data

Dalam penelitian ini, peneliti di lapangan menjadi syarat utama. Peneliti mengumpulkan data dalam latar alamiah, di mana peneliti bertindak sebagai instrumen kunci. Selain itu peneliti juga berperan sebagai perencana dan pelaksana tindakan yang terlibat langsung dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas, pengumpulan dan penganalisis data, dan pada akhirnya menjadi pelapor hasil penelitian.

Menurut Sugiyono (2010:224) dalam Jakni (2017:69) menyatakan bahwa Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian ini adalah mendapatkan data. Dari penjelasan tersebut peneliti harus menentukan Teknik yang digunakan dalam penelitiannya. Hadari Hawawi dalam Jakni (2017:69) mengatakan Teknik pengumpulan data dapat dibedakan menjadi enam Teknik penelitian sebagai cara yang dapat ditempuh untuk mengumpulkan data, yaitu:

- a) Teknik Observasi Lansung
- b) Teknik Observasi Tidak Lansung
- c) Komunikasi Lansung
- d) Komunikasi Tidak Lansung
- e) Teknik Tidak Lansung
- f) Teknik Studi Dokumenter

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini Teknik Observasi Lansung diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian, Hadari Nawawi dalam Jakni (2017:70) menjelaskan bahwa teknik ini adalah cara mengumpulkan data yang dilakukan melalui pengamatan dan pencatatan gejala-gejala yang tampak pada objek penelitian yang pelaksanaannya langsung pada tempat dimana suatu peristiwa, keadaan atau situasi sedang terjadi. Adapun teknik observasi langsung ini, peneliti mengamati secara langsung kegiatan pembelajaran yang dilakukan oleh siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 32 Sungai Raya, sehingga peneliti bisa mencatat gejala-gejala yang tampak pada objek penelitian secara baik dan jelas.

## **2. Alat Pengumpul Data**

Sesuai dengan Teknik pengumpulan data yang telah ditetapkan di atas, untuk memperoleh data yang diperlukan atau digunakan Teknik pengambilan data. Adapun alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes. Menurut Amirul Hadi (2010:139) “Tes adalah seperangkat rangsangan (stimulus) yang diberikan kepada seseorang dengan maksud untuk mendapatkan jawaban yang dapat dijadikan dasar bagi penetapan skor angka. Hakim dalam Jakni (2017:73). Mengemukakan bahwa instrument yang berupa tes dapat digunakan untuk mengukur kemampuan dasar dan pencapaian hasil belajar. Tes dalam penelitian ini adalah Lompat Jauh Gaya Jongkok dalam Pembelajaran Atletik pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 32 Sungai Raya

Adapun alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini ada 2 macam yaitu:

- 1) Lembar observasi
- 2) Penelitian proses gerak

**Tabel 3.2** Panduan Observasi Aktivitas Siswa

No	Aspek yang Diamati	Aktivitas	
		Ya	Tidak
<b>A</b>	<b>Pendahuluan</b>		
1.	lima menit sebelum pembelajaran siswa sudah hadir di lapangan		
2.	Siswa berbaris di lapangan dengan tertib		
3.	Siswa melakukan berdoa dengan seksama		
<b>B</b>	<b>Pemanasan</b>		
4.	Siswa melakukan pemanasan dengan baik		
5.	Seluruh siswa melakukan pemanasan dengan sistematis		
<b>C</b>	<b>Kegiatan inti pembelajaran</b>		
6.	Siswa mendengarkan guru yang menyampaikan materi dan tujuan dalam proses pembelajaran lompat jauh gaya jongkok		
7.	Siswa melakukan proses pembelajaran sesuai dengan instruksi guru		
8.	Siswa melakukan kegiatan pembelajaran dengan gembira dan menyenangkan		
9.	Siswa aktif bergerak		
10.	Siswa melakukan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok menggunakan metode bermain		
11.	Siswa melakukan tes lompat jauh gaya jongkok		
12.	Siswa memperhatikan guru ketika mengoreksi kesalahan		
<b>D</b>	<b>Pendinginan</b>		
13.	Siswa melakukan pendinginan		
14.	Siswa terlihat termotivasi setelah menerima materi pembelajaran		
15.	Siswa membubarkan diri dengan tertib		
Jumlah			

Keterangan: Cek list (√) kategori Aktif atau Kurang Aktif yang tepat untuk memberikan skor pada aspek-aspek penilaian aktivitas guru dalam pembelajaran.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{jumlah Skor Maksimal}} \times 100$$



**Tabel 3.3** Kisi-Kisi Instrumen Tes Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok

Jenis Tes	Indikator	Sub Indikator	Penilaian		
			1	2	3
Tes proses keterampilan Lompat Jauh Gaya Jongkok	1. Awalan	a. Pandangan ke arah depan.			
		b. Kecepatan meningkat terus menerus sampai siap menolak			
	2. Tumpuan	a. Tolakan dengan salah satu kaki terkuat.			
		b. Menolak tepat pada papan tumpuan			
	3. Melayang	a. Kaki penumpu mengikuti kaki yang lain secara sejajar.			
		b. Kedua telapak kaki diangkat agar tidak menyentuh pasir.			
	4. Mendarat	a. Kedua kaki mendarat menyentuh pasir sejajar dan bersama-sama.			
		b. Lutut ditekuk dan kedua lengan lurus didepan tubuh			

Sumber : Eddy dan Dapan, (2017:96)

Keterangan:

- 1) Nilai 1 Apabila gerakan dilakukan kurang sempurna
- 2) Nilai 2 Apabila gerakan dilakukan cukup sempurna
- 3) Nilai 3 Apabila gerakan dilakukan sangat sempurna

#### **F. Teknik dan Analisis Data**

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif presentase dalam Teknik analisisnya, yaitu mendiskripsikan hasil pengamatan peneliti dibandingkan dengan jumlah siswa yang diamati.

Teknik analisis data deskriptif kuantitatif presentase

- 1) Untuk menghitung hasil belajar siswa secara individu digunakan rumus

$$\text{nilai} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 100$$

(Purwanto, 2009;112)

Apabila siswa memperoleh nilai  $\geq 70$  maka dikategorikan tuntas tetapi apabila siswa memperoleh nilai kurang dari 70 maka dikategorikan tidak tuntas.

**Tabel 3.4** Kriteria Ketuntasan Minimal

Tingkat Penguasaan	Nilai Huruf	Bobot	Predikat
90 - 100 %	A	4	Sangat Baik
80 – 89 %	B	3	Baik
70 – 79 %	C	2	Cukup
60 – 69 %	D	1	Kurang
$\leq 59$ %	E	0	Sangat Kurang

**Sumber Data : Aplikasi Raport K13 SDN 32 Sungai Raya**

Untuk menentukan ketuntasan secara klasikal, menggunakan rumus dari Depdikbud, (1994:17) sebagai berikut :

$$KB = \frac{\text{Jumlah Siswa Tuntas}}{\text{Jumlah Keseluruhan Siswa}}$$

Keterangan :

KB : Ketuntasan belajar

JST : Jumlah siswa tuntas

JKS : Jumlah keseluruhan siswa

**Tabel 3.5** Ketuntasan Klasikal

No	Interval	Kategori
1	0 – 39	Sangat Rendah
2	40 – 59	Rendah
3	60 – 74	Sedang
4	70 – 84	Tinggi
5	85 – 100	Sangat Tinggi

Sumber : Depdikbud, (1994:17)

Untuk menentukan ketuntasan belajar, maka dilakukan penskoran standar keberhasilan belajar. Siswa berhasil bila mencapai 75% penguasaan materi. Apabila pencapaian ketuntasan klasikal minimal 75% sudah tercapai, maka penelitian di hentikan.

### **G. Indikator Keberhasilan**

Indikator keberhasilan tindakan dalam penelitian ini dapat dilihat dengan adanya peningkatan aktivitas belajar siswa pada setiap siklusnya. Hasil belajar siswa dianggap tuntas apabila adanya peningkatan rata-rata nilai siswa pada setiap siklus, dimana secara individu didasarkan kepada KKM yaitu 70 dan ketuntasan belajar siswa secara klasikal yaitu minimal 75%

**Tabel 3.6** Indikator Keberhasilan

Pra siklus	Siklus I	Siklus II
33 %	50 % 75	≥ 75%