

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Tujuan Khusus Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data tentang meningkatkan kemampuan gerak dasar melempar bola kecil melalui permainan tradisional di Sekolah Dasar khususnya di kelas IV SDN Sindang Sari 01. Bekasi. 2015/2016

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SDN Sindangsari 01, Kecamatan Cabangbungin, Kabupaten Bekasi. Penelitian dilaksanakan selama lima bulan pada semester ganjil dan genap yaitu pada bulan September sampai dengan bulan Januari tahun pelajaran 2015/2016

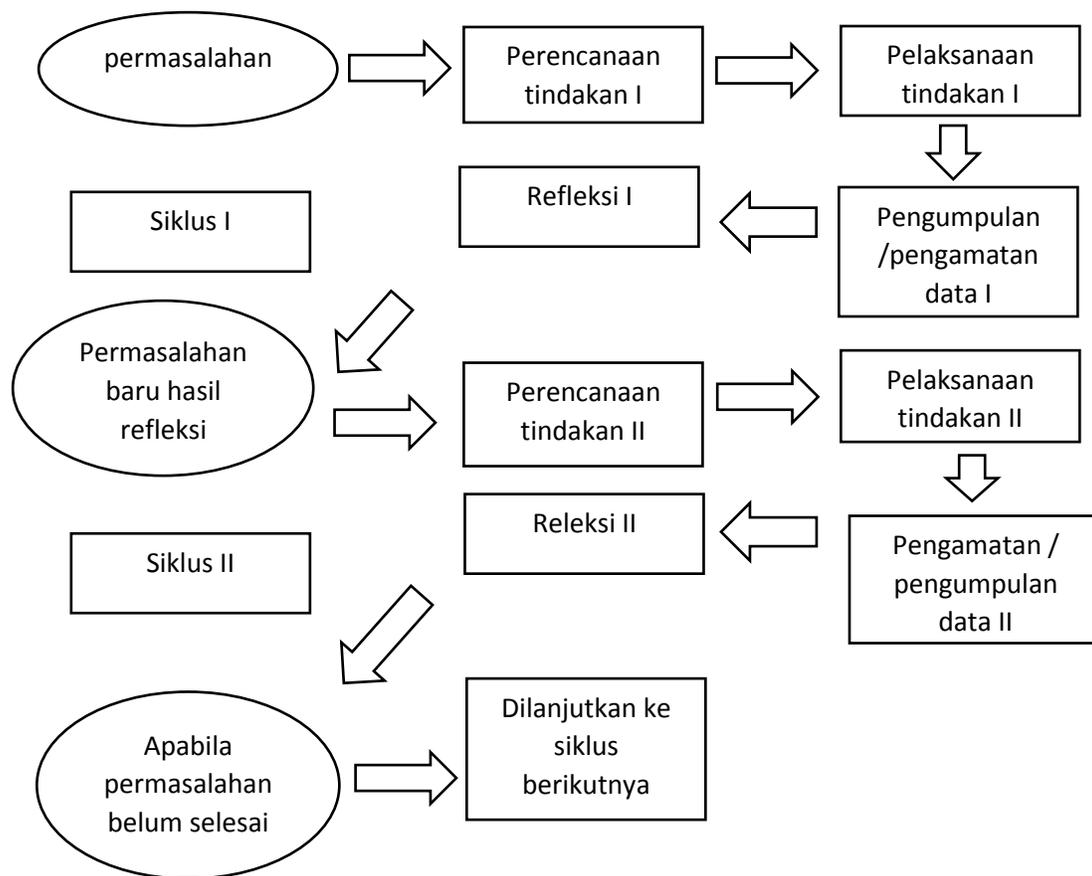
#### **C. Metode dan Desain Intervensi Tindakan (Rancangan Siklus Penelitian)**

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

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian tindakan kelas (*action research*). Penelitian tindakan merupakan penelitian yang bertujuan untuk memperbaiki efektivitas dan *efisien* praktis pendidikan. Penelitian tindakan dalam dunia pendidikan merupakan strategi pemecahan

masalah yang berfungsi untuk mengambil tindakan yang tepat dalam rangka meningkatkan dan memperbaiki pembelajaran. Dalam penelitian ini, ada dua tindakan yaitu aktifitas tindakan dan aktifitas penelitian. Penelitian ini dilaksanakan di luar kelas maka metode disebut penelitian tindakan di luar kelas. Model proses yang digunakan Penelitian Tindakan Kelas dalam (PTK) ini adalah model proses siklus (putaran/spiral) yang mengacu pada model PTK Kemmis and Mc. Taggart.

Desain intervensi tindakan terdiri dari 2 siklus, Penelitian ini merupakan model Kemmis dan Mc Taggart dengan tahapan-tahapan sebagai berikut: (a)Perencanaan, (b)Pelaksanaan, (c)Pengamatan, (d)Refleksi untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada bagan berikut



Gambar 3.1 : Model Alur Penelitian Tindakan Kelas.<sup>1</sup>

#### D. Tahapan Intervensi Tindakan

Tahapan intervensi tindakan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### 1. Perencanaan

Perencanaan umum disusun berdasarkan permasalahan penelitian sebagaimana telah dipaparkan dalam bab I, yakni terkait dengan

<sup>1</sup> Kemmis Stephen dan Mc Taggart, *Robin The Action Research Planner*. Victoria: Deakin University Press. 1992, h. 137

meningkatkan kemampuan gerak dasar melempar bola kecil melalui permainan tradisional pada siswa kelas IV SDN Sindang Sari 01 melalui pendekatan permainan tradisional. Pada tahapan ini peneliti merencanakan waktu pembelajaran, rencana pelaksanaan pembelajaran, situasi kelas, strategi pembelajaran dan pendekatan pembelajaran. Rencana pelaksanaan pembelajaran disusun dengan menggunakan kurikulum tingkat satuan pendidikan sebagai acuan.

Dalam tahap perencanaan, peneliti membuat rencana program pembelajaran yang akan digunakan selama proses belajar mengajar. Hal tersebut dilakukan agar dalam pelaksanaan tindakan dapat belajar dengan baik. Dalam perencanaan tindakan yang dibuat oleh peneliti tertera waktu pelaksanaan, materi pokok, kegiatan dan media yang digunakan selama tindakan berlangsung. Adapun tahapan yang dilakukan adalah sebagai berikut :

**Tabel 1.**

**Perencanaan tindakan**

<b>Siklus</b>	<b>Waktu Pelaksanaan</b>	<b>Materi Pokok</b>	<b>Kegiatan</b>	<b>Media</b>
I	Pertemuan ke-1 2 X 35 menit (2 jam pelajaran)	Melempar bola kecil	Pembelajaran dilakukan menggunakan permainan tradisional setelah mengenalkan tata cara	Bola Kasti, kepingan pecahan genting dan tanah yang

			lemparan melambung dan lemparan mendatar yang baik dan benar. Lalu melakukan permainan gobag benteng.	dilubangi
	Pertemuan ke-2 2 X 35 menit (2 jam pelajaran)	Melempar bola kecil	Pembelajaran dilakukan menggunakan permainan tradisional melalui bola Gebog	Kepingan kermik, bola karet, bola kasti, dan pecahan genting
II	Pertemuan ke-1 2 X 35 menit (2 jam pelajaran)	Melempar bola kecil	Pembelajaran dilakukan menggunakan permainan tradisional setelah mengenalkan tata cara lemparan lemparan melambung dan lemparan mendatar yang baik dan benar. Lalu melakukan permainan bola corong	Bola kasti, pel bola karet, corong
	Pertemuan ke-2 2 X 35 menit (2 jam pelajaran)	Melempar bola kecil	Pembelajaran dilakukan menggunakan permainan tradisional melalui bola	Bola kasti

			lingkaran	
--	--	--	-----------	--

## 2. Pelaksanaan

Pada tahap ini tindakan merupakan implementasi dari perencanaan. Hal yang perlu diingat adalah dalam tahap pelaksanaan tindakan, guru harus berusaha menaati apa yang sudah dirumuskan dalam rancangan. Pelaksanaan proses kegiatan belajar dilakukan 2 kali pertemuan dalam setiap siklusnya. Setiap pertemuan dilakukan selama 2 jam pelajaran (2x35 menit), hari disesuaikan dengan waktu belajar yang telah dijadwalkan sekolah.

Pada tahap ini dilakukan sesuai apa yang direncanakan dalam rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dalam setiap siklus, apabila pelaksanaan siklus pertama belum memperoleh hasil yang diharapkan maka akan dilanjutkan pada siklus berikutnya sesuai dengan hasil yang diharapkan. Pada tahap tindakan peneliti membuat catatan lapangan, tentang kejadian yang terjadi selama proses pembelajaran untuk memperkuat data.

### **3. Mengamati (observasi)**

Kegiatan pengamatan dilakukan oleh pengamat yang dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan tindakan. Ketika guru melakukan tindakan tidak sempat menganalisis peristiwa yang terjadi dalam proses kegiatan, oleh karena itu, pengamatan ini dilakukan oleh teman sejawat sebagai observer kegiatan yang dilakukan oleh peneliti untuk melihat dan mencatat semua tindakan yang telah direncanakan, kegiatan pembelajaran yang berlangsung, aksi dan reaksi baik sikap maupun tanggapan siswa. Pada saat pelaksanaan tindakan, observer mengamati pelaksanaan pembelajaran, perilaku atau sikap selama mengikuti pembelajaran dan pengamatan terhadap gerak dasar melempar bola kecil.

### **4. Refleksi**

Setelah guru selesai melaksanakan kegiatan pembelajaran, maka peneliti melakukan diskusi dengan guru pendidikan jasmani atau observer untuk membicarakan tercapai tidaknya pembelajaran yang dilakukan. Kekurangan-kekurangan dan faktor penyebab tidak tercapainya suatu tindakan yang telah dirumuskan sebelumnya dikatakan sebagai hasil refleksi untuk selanjutnya hasil refleksi digunakan sebagai bahan pertimbangan pada siklus berikutnya.

### **E. Subjek / Partisipan dalam penelitian**

1. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Sindang Sari 01 Bekasi yang berjumlah 30 siswa, terdiri dari 12 siswa laki-laki dan 18 siswa perempuan.
2. Partisipan dalam penelitian ini adalah guru kelas IV dan guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri Sindang Sari 01. Bekasi

### **F. Peran dan Posisi Peneliti dalam Penelitian**

Peran dalam penelitian ini adalah sebagai pemimpin perencanaan (*planner leader*). Melalui penelitian peneliti melakukan pengamatan terhadap proses kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani olah dan kesehatan di kelas IV Sekolah Dasar Negeri Sindang Sari 01. Bekasi Kemudian membuat perancangan tindakan yang didiskusikan dengan guru kelas, guru mata pelajaran pendidikan jasmani dan kepala sekolah SDN Sindang Sari 01. Bekasi

Posisi peneliti dalam penelitian tindakan kelas ini adalah sebagai partisipan aktif, peneliti sebagai pengamat dan pelaksana. Peneliti harus secara langsung dalam kegiatan pembelajaran dan mengumpulkan data sebanyak mungkin sesuai dengan fokus penelitian. Dengan keikutsertaan

ini, peneliti berusaha mencari dan melihat serta mempelajari apa yang terjadi di lapangan sehingga mendapatkan data yang akurat.

### **G. Hasil Tindakan yang diharapkan**

Melalui intervensi tindakan yang dilaksanakan dari siklus ke siklus berikutnya diharapkan adanya peningkatan kemampuan gerak dasar melempar bola kecil melalui permainan tradisional yang menandakan keberhasilan penelitian. Keberhasilan penggunaan melalui bermain ini ditunjukkan pada dua aspek yaitu: meningkatkan kemampuan gerak dasar dalam permainan bola kecil dan proses pelaksanaan pembelajaran. Penelitian ini dianggap berhasil jika pada setiap akhir siklus minimal 90% dari jumlah siswa mencapai kategori baik / mendapatkan skor 65 sesuai dengan KKM untuk mata pelajaran pendidikan jasmani.

### **H. Data dan Sumber Data**

#### **1. Data**

Berdasarkan pada tujuan penelitian ini dilaksanakan yaitu untuk mengetahui peningkatan kemampuan gerak dasar melempar bola kecil pada mata pelajaran pendidikan jasmani pada peserta didik melalui pendekatan permainan tradisional. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah aktifitas yang dilakukan oleh peserta didik tentang peningkatan kemampuan gerak dasar melempar bola kecil melalui pendekatan permainan tradisional

dalam pembelajaran pendidikan jasmani, serta data pemantau adalah data yang digunakan untuk mengontrol kesesuaian antara pelaksanaan tindakan dengan rencana tindakan.

## **2. Sumber Data**

Sumber data dalam penelitian ini guru dan seluruh siswa kelas IV SD Negeri Sindang Sari 01 Bekasi sebanyak 30 orang siswa terdiri dari 12 siswa laki-laki dan 18 siswa perempuan pada semester ganjil tahun pelajaran 2015-2016. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu : lembar pengamatan kemampuan gerak dasar melempar bola kecil pada peserta didik dan data pemantau pada penelitian tindakan ini adalah aktifitas guru dan siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung melalui permainan tradisional

### **I. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan yang digunakan untuk mendapatkan data penelitian menggunakan cara: (1) Membuat jurnal untuk mengumpulkan data variabel melalui permainan tradisional dan meningkatkan kemampuan melempar bola kecil, (2) observasi dengan lembar pengamatan untuk mengumpulkan data variabel melalui permainan tradisional dan peningkatan kemampuan gerak dasar melempar bola kecil, (3) mendokumentasikan kegiatan dengan foto untuk pelaksanaan melalui bermain bola kecil

## **J. Instrumen Penelitian**

Sesuai dengan jumlah variabel, maka penelitian ini menggunakan dua instrumen penelitian. Instrumen pertama yaitu observasi atau pengamatan untuk mengumpulkan data untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar melempar bola kecil. Instrumen kedua juga observasi untuk mengumpulkan data variabel pendekatan bermain. Kedua instrumen penelitian disusun berdasarkan kisi-kisi yang diturunkan dari pengertian dan definisi konseptual dengan memperhatikan indikator-indikator dan teori-teori yang ada.

### **1. Variabel Hasil Peningkatan Gerak Dasar Melempar Bola Kecil**

#### **a. Definisi Konseptual**

Gerak dasar lempar merupakan gerak memindahkan suatu objek atau benda dengan menggunakan tangan. Konsep dari melempar adalah berdiri tegak, posisi tungkai dilebarkan selebar bahu dengan kaki kiri agak kedepan, kaki kanan agak kebelakang, berat badan berada pada kaki kanan atau. Kedua tangan memegang bola didepan dekat dengan siku dibelokkan, dan pandangan kearah yang dituju (apabila anak melempar dengan tangan kiri maka posisi kakinya dibalik) untuk menghasilkan tenaga yang maksimal pada benda yang akan dilempar menuju tepat sasaran keatas, mendatar dan kesamping.

### b. Definisi Operasionl

Gerak dasar melempar adalah skor yang diperoleh siswa melalui lembar pengamatan tentang pandangan, posisi tubuh, gerakan lengan, dan gerakan tungkai kaki yang dilakukan peneliti dalam setiap siklus menggunakan instrument penelitian, dengan kriteria Ya dan Tidak. Ya untuk indikator yang muncul, sedangkan Tidak untuk indikator yang tidak muncul.

### c. Kisi-kisi instrumen

Kisi-kisi instrumen untuk mengukur peningkatan gerak dasar melempar bola kecil yang menggunakan permainan tradisional adalah sebagai berikut:s

**Tabel 2**

**Kisi-Kisi Instrumen Gerak Dasar Melempar Bola Kecil**

No	Komponen	Indikator	Kategori	
			Ya	Tidak
1	Gerakan tungkai	1. Menumpu dengan telapak kaki bagian depan, posisi kaki pada saat melempar berada di depan (apabila anak melempar pada tangan kiri maka psisi kakinya dibalik)		
		2. Posisi kaki kanan saat melempar berada di belakang (apabila anak melempar pada tangan kiri maka posisi kakinya dibalik)		
		3. Setelah bola dilempar kaki		

		kanan agak ditarik keatas		
2	Gerakan Lengan	4. Gerakan lengan saat melempar diayunkan ke samping ke belakang		
		5. Dari belakang bola dilemparkan dengan menggerakkan tangan ke belakang melalui atas kepala. Ke atas ke depan, dan bola dilepas saat tangan lurus		
3	Posisi tubuh	6. Sebelum melakukan lemparan berat badan bertumpu pada kaki kanan		
		7. Posisi badan pada saat ingin melempar agak condong ke belakang		
		8. Setelah bola dilepaskan posisi badan agak condong ke depan dan berat badan bertumpu pada kaki kiri		
4	Pandangan	9. Pandang lurus ke depan		
		10. Pandangan tertuju pada target atau sasaran		
		11. Menoleh kearah lemparan bola		

Keterangan :

Ya : Indikator muncul

Tidak : Indikator tidak muncul

Tabel 3.

## Deskriptor Kemampuan Gerak Dasar Melempar Bola Kecil

No	Komponen	Indikator
1	Gerakan tungkai kaki	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menumpu dengan telapak kaki bagian depan, posisi kaki pada saat melempar berada di depan (apabila anak melempar pada tangan kiri maka posisi kakinya dibalik)</li> <li>2. Posisi kaki kanan saat melempar berada di belakang (apabila anak melempar pada tangan kiri maka posisi kakinya dibalik)</li> <li>3. Setelah bola dilempar kaki kanan agak ditarik keatas</li> </ol>
2	Gerakan lengan	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Gerakan lengan saat melempar diayunkan ke samping ke belakang</li> <li>5. Dari belakang bola dilemparkan dengan menggerakkan tangan ke belakang melalui atas kepala. Ke atas ke depan, dan bola dilepas saat tangan lurus</li> </ol>
3	Posisi tubuh	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. Sebelum melakukan lemparan berat badan bertumpu pada kaki kanan</li> <li>7. Posisi badan pada saat ingin melempar agak condong ke belakang</li> <li>8. Setelah bola dilepaskan posisi badan agak condong ke depan dan berat badan bertumpu pada kaki kiri</li> </ol>
4	Pandangan	<ol style="list-style-type: none"> <li>9. Pandang lurus ke depan</li> <li>10. Pandangan tertuju pada target atau sasaran</li> <li>11. Menoleh kearah lemparan bola</li> </ol>

## **2. Variabel Pendekatan Permainan Tradisional**

### **a. Definisi Konseptual Melalui Permainan Tradisional**

Permainan tradisional dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani adalah menggunakan pendekatan permainan tradisional yang mengacu pada kesenangan, bertanggung jawab, aktif bergerak, bekerja sama, dan memupuk sifat sportivitas dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

### **b. Definisi Operasional Melalui Permainan tradisional**

Permainan tradisional dalam pendidikan jasmani adalah skor yang diperoleh dari pengamatan terhadap peserta didik dan guru dengan komponen yang mengacu pada kesenangan, bertanggung jawab, aktif bergerak, bekerja sama, dan memupuk sifat sportivitas dalam proses pembelajaran, dengan penilaian jika dilakukan dengan sangat baik mendapatkan skor 4, jika dilakukan baik mendapatkan skor 3, jika dilakukan tetapi kurang baik mendapatkan skor 2, dan jika tidak dilakukan sama sekali mendapatkan skor 1.

### c. Kisi-Kisi Instrumen

Kisi-Kisi instrumen untuk mengukur peningkatan keterampilan gerak dasar melempar bola kecil pembelajaran adalah sebagai berikut :

**Tabel 4**

**Kisi-Kisi Instrumen Permainan Tradisional**

No	Komponen	Indikator		Nomor Pernyataan	
		Guru	Siswa	Guru	Siswa
1	Kesenangan	1. Menyampaikan kompetensi, indikator dan tujuan pembelajaran.	1. Pemanasan 2. Membagi Kelompok	1	11
		2. Menyampaikan permainan.		2	12
2	Tanggung jawab	1. Menyiapkan siswa secara fisik dan psikis.	1. mengikuti peraturan permainan 2. Berperan serta dalam permainan	3	13
		2. Membimbing siswa dalam melakukan permainan		4	14
3	Aktif bergerak	1. Memberikan contoh cara bermainnya	1. Siswa melakukan dengan sungguh-sungguh 2. Mengikuti semua kegiatan	5	15
		2. Terlibat secara langsung.		6	16
4	Kerja sama	1. Memfasilitasi interaksi siswa.	1. Saling membantu 2. kekompakkan	7	17
		2. Berkomunikasi dengan guru penjas.		8	18

5	Sportivitas	1. Jujur dalam menilai permainan siswa 2. Melakukan penilaian akhir	1. Menghargai lawan 2. Mengakui kekalahan	9  10	19  20
Jumlah		10	10	10	10

## **K . Analisis Data dan Intervensi Hasil Analisis**

### **1. Analisis Data**

Teknik penelitian ini berupaya untuk meningkatkan gerak dasar melempar bola kecil siswa kelas IV SDN Sindang Sari 01 Kab. Bekasi. Oleh sebab itu diperlukan data penelitian yang didapat dari hasil penelitian. Hasil analisis disajikan tidak hanya dalam bentuk foto melainkan juga kesimpulan pada akhir setiap siklus dimana penelitian dan menghitung persentase pencapaian dengan kriteria keberhasilan yang telah dirumuskan sebelumnya.

Data yang terkumpul berupa catatan hasil observasi serta foto-foto pada saat proses pembelajaran berlangsung, data tersebut disesuaikan dan diurutkan kemudian dianalisis untuk mengetahui perubahan-perubahan yang terjadi pada siswa.

### **2. Interpretasi Hasil Analisis**

Setelah melakukan analisis data, langkah selanjutnya dilaksanakan interpretasi hasil analisis yang telah dilakukan oleh peneliti dan kolaborator.

Hasil data akan ditampilkan dalam diagram batang. Kriteria keberhasilan kemampuan gerak dasar lari dalam penelitian ini adalah persentase jumlah seluruh skor siswa yang didapat dari tes melempar bola kecil dengan pencapaian 85%. Adapun kriteria keberhasilan pada proses pembelajaran yang meliputi aktivitas guru dan siswa dengan permainan tradisional dalam penelitian ini dengan pencapaian 85%. Jika hasil tes kemampuan gerak dasar lari dan proses pembelajaran pendidikan jasmani pada siklus I belum mencapai target yang ditetapkan maka dilaksanakan siklus II dan seterusnya sampai mencapai target yang ditentukan

#### **L. Teknik Pemeriksaan Keterpercayaan Studi**

Untuk mengecek keabsahan data, peneliti menggunakan sistem triangulasi data (pencocokan data). Triangulasi data dilakukan dengan membandingkan dari berbagai macam-macam sumber-sumber data penelitian ini, yaitu: tes kemampuan gerak dasar melempar bola kecil, pemantau tindakan dan dokumentasi (foto).