BAB III
METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujaun Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini untuk memperoleh data tentang peningkatan kemampuan gerak dasar lempar melalui pendekatan bermain dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di kelas IV SDN Kayu Putih 03 Pagi Pulo Gadung Jakarta Timur.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Dalam melaksanakan penelitian ini penulis mengambil lokasi penelitian di SDN Kayu Putih 03 Pagi kelas IV berlokasi di Jl. Papan Kelurahan Kayu Putih Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur. Penelitian ini dilaksanakan selama lima bulan pada semester genap yaitu pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni 2015, pada semester genap tahun pelajaran 2014-2015.

C. Metode dan Desain Intervensi Tindakan

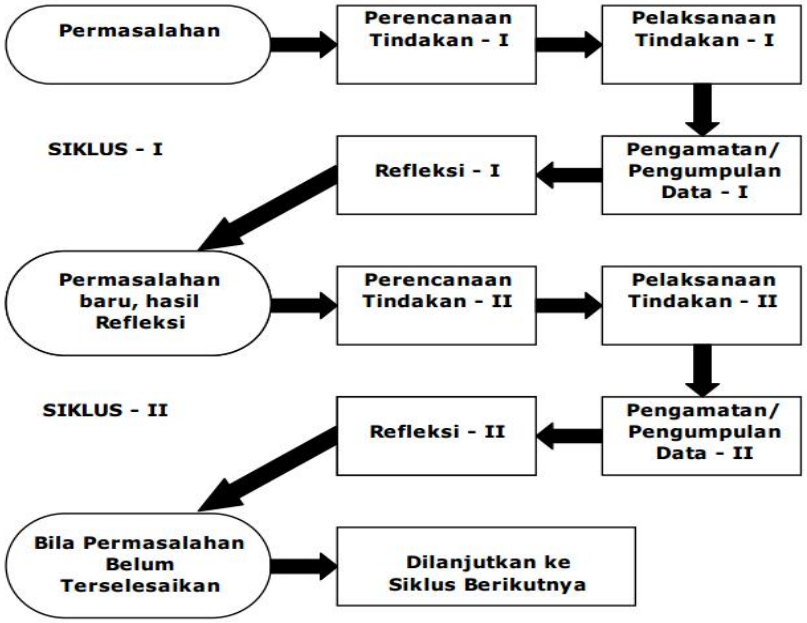
1. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Penelitian tindakan kelas merupakan penelitian yang bertujuan untuk memperbaiki efektivitas

pendidikan khususnya gerak dasar lempar dalam Pendidikan Jasmani. Bila dalam penelitian ini sudah berhasil dalam satu siklus, maka penelitian ini akan berhenti, tetapi jika belum berhasil maka penelitian akan dilanjutkan ke siklus kedua, begitu dan seterusnya.

2. Desain Intervensi Tindakan

Desain intervensi tindakan rancangan siklus penelitian ini menggunkan metode Kemmis dan McTaggart. Adapun prosedur dalam penelitian tindakan kelas menurut Kemmis dan McTaggart yang akan dilaksanakan terdiri atas rangkaian empat kegiatan utama yang ada pada setiap siklusnya yang terdiri dari dua pertemuan disetiap satu siklus. Empat kegiatan utama yang ada pada siklus, yaitu (a) perencanaan, (b) tindakan, (c) pengamatan, dan (d) refleksi yang dapat digambarkan sebagai berikut.



Gambar 2. Model spiral Penelitian Tindakan Kelas menurut Arikunto yang dikutip dalam Kemmis dan McTaggart [1]

D. Tahapan Intervensi Tindakan

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

1. Perencanaan Tindakan

Perencanaan umum disusun berdasarkan permasalahan penelitian sebagaimana dipaparkan dalam bab I, yakni terkait dengan peningkatan kemampuan gerak dasar lempar melalui pendekatan bermain dalam

[1] Suharsimi Arikunto*, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h.74

Pembelajaran Pendidikan Jasmani pada siswa kelas IV SDN Kayu Putih 03 Pagi Pulo Gadung Jakarta Timur yang menerapkan pendekatan bermain. Pada tahap ini peneliti merencanakan waktu pembelajaran, rencana pelaksanaan pembelajaran, situasi kelas, strategi pembelajaran, dan pendekatan pembelajaran. Rencana pelaksanaan pembelajaran 2006 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 berjalan dengan baik. Di dalam perencanaan tindakan yang dibuat oleh peneliti tertera waktu pelaksanaan, materi pokok, kegiatan, dan media yang digunakan selama tindakan berlangsung. Adapun tahapan yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Perencanaan Tindakan

Siklus	Waktu Pelaksanaan	Materi Pokok	Kegiatan	Media dan Alat
I	Pertemuan ke-1 2 x 35 menit (2 jam pelajaran)	Gerak dasar lempar	Pembelajaran dilakukan menggunakan pendekatan bermain melakukan permainan tembak menembak dan permainan lari dan lempar dengan secara berkelompok	Bola tenis Peluit *Kuns*

	Pertemuan ke-2 2 x 35 menit (2 jam pelajaran)	Gerak dasar lempar	Pembelajaran menggunakan pendekatan bermain melakukan permainan tembak menembak dan permainan bola keranjang dengan secara berkelompok	Bola tenis Peluit Keranjang sampah *Kuns*
II	Pertemuan ke-1 2 x 35 menit (2 jam pertemuan)	Gerak dasar lempar	Pembelajaran menggunakan pendekatan bermain melakukan permainan tembak menembak dan permainan lempar kaleng dengan secara berkelompok	Bola tenis Peluit Kaleng *Kuns*
	Pertemuan ke-2 2 x 35 menit (2 jam pertemuan)	Gerak dasar lempar	Pembelajaran menggunakan pendekatan bermain melakukan permainan bola keranjang dan permainan lempar kaleng dengan secara berkelompok	Bola tenis Peluit Kaleng Keranjang sampah *Kuns*

2. Pelaksanaan

Pada tahap ini disebut pelaksanaan tindakan yang merupakan implementasi atau penerapan isi rancangan. Hal yang perlu diingat adalah dalam tahap pelaksanaan tindakan, guru harus ingat dan berusaha menaati apa yang sudah dirumuskan dalam rancangan. Pelaksanaan proses kegiatan belajar dilakukan 2 kali pertemuan untuk setiap siklusnya. Setiap pertemuan

dilakukan selama 2 jam pelajaran (2 x 35 menit), disesuaikan dengan waktu belajar yang telah dijadwalkan pihak sekolah.

3. Refleksi Tindakan

Pada tahap ini data hasil observasi dikumpulkan dan dianalisis secara kolaborasi antara peneliti dan obsever untuk dicari kekurangan dan kelemahannya. Hasil analisis dari diskusi antara peneliti dan observer akan digunakan sebagai perbaikan untuk merumuskan langkah-langkah rencana tindakan yang baru pada proses pembelajaran berikutnya.

E. Subjek/Partisipan dalam Penelitian

Subjek dalam penelitian adalah siswa kelas IV SDN Kayu Putih 03 Pagi Pulo Gadung Jakarta Timur yang berjumlah 39 orang siswa. Adapun partisipan dalam kegiatan PTK ini Guru kelas IV dan Guru Pendidikan Jasamani pada siswa kelas IV di SDN Kayu Putih 03 Pagi Pulo Gadung Jakarta Timur.

F. Peran dan Posisi Peneliti dalam Penelitian

Peran peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai pemimpin perencanaan (*planner leader*), pelaksanaan tindakan sekaligus pembuat laporan. Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan pengamatan tentang pelaksanaan pembelajaran kombinasi gerak dasar lempar melalui pendekatan bermain dalam Pendidikan Jasmani pada siswa kelas IV SDN Kayu Putih 03 Pagi Pulo Gadung Jakarta Timur.

Dari pengamatan proses pendekatan bermain dan kemampuan gerak dasar lempar diperolehlah data peserta didik mengenai gerak dasar lempar pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Data inilah yang akan menjadi dasar bagi peneliti untuk membuat rencana tindakan pada siklus pertama. Rencana ini merupakan hasil diskusi atau refleksi antara peneliti dengan partisipan berdasarkan proses pengamatan.

Selain sebagai perencana peneliti juga sebagai pelaksana utama. Peneliti langsung melakukan kegiatan pembelajaran dan berusaha sebanyak mungkin mengumpulkan data sesuai fokus penelitian. Dengan perannya yang sangat besar sehingga diharapkan data yang diperoleh adalah data yang akurat.

G. Hasil Intervensi Tindakan yang Diharapkan

Melalui intervensi tindakan yang dilaksankan dari siklus ke siklus berikutnya diharapkan adanya peningkatan kemampuan gerak dasar lempar melalui pendekatan bermain yang menandakan keberhasilan penelitian. Keberhasilan penggunaan pendekatan bermain ini ditujukan pada dua aspek yaitu meningkatnya kemampuan gerak dasar lempar dan proses pelaksanaan pembelajaran. Adapun proses pembelajaran yang kondusif pada pengajaran melalui pendekatan bermain pada data pemantau tindakan pembelajaran yang diharapkan mencapai 90% dari 20 peryataan pada setiap akhir siklusnya. Pencapaian pada tingkat keberhasilan dari tindakan yang telah dilaksanakan dilihat dari peningkatan kemapuan gerak dasar lempar siswa kelas IV SDN Kayu Putih 03 Pagi Pulo Gadung Jakarta Timur yang ditandai dengan perolehan jumlah skor dengan persentase mencapai 90% dari jumlah siswa mencapai kategori baik atau mencapai KKM 70.

H. Data dan Sumber Data

1. Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah aktivitas yang dilakukan oleh siswa tentang peninkatan kemampuan gerak dasar lempar melalui pendekatan bermain pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, serta

data pemantau adalah data yang digunakan untuk mengontrol kesesuaian antara pelaksanaan tindakan dengan rencana tindakan.

2. Sumber Data

Sumber data yang dikenai tindakan adalah guru dan seluruh siswa kelas IV SDN Kayu Putih 03 Pagi Pulo Gadung Jakarta Timur sebanyak 39 orang siswa pada semester genap tahun pelajaran 2014-2015. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu lembar pengamatan kemampuan gerak dasar lempar pada siswa dan data pemantau pada penelitian tindakan ini adalah aktivitas guru dan siswa dalam proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani berlangsung dengan menggunakan pendekatan bermain.

I. Teknik Pengumpul Data yang Digunakan

Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk mendapatkan data penelitian menggunakan cara: (1) membuat catatan lapangan untuk mengumpulkan data variabel pendekatan bermain, (2) observasi dengan lembar pengamatan untuk mengumpulkan data variabel pendekatan bermain dan peningkatan kemampuan gerak dasar lempar, (3) mendokumentasikan kegiatan dengan foto untuk pelaksanaan pendekatan bermain.

J. Instrumen Penelitian

Sesuai dengan jumlah variabel, maka penelitian ini menggunkan 2 (dua) instrumen penelitian. Instrumen pertama yaitu observasi atau pengamatan untuk menjaring data meningkatnya kemampuan gerak dasar lempar. Instrumen kedua juga observasi untuk menjaring 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 Lempar

a. Definisi Konseptual

Gerak dasar lempar merupakan gerak memindahkan suatu objek atau benda dengan menggunakan tangan. Konsep dari melempar adalah berdiri tegak, posisi kaki dilebarkan selebar bahu dengan kaki kiri agak ke depan, kaki kanan agak kebelakang, berat badan berada pada kaki kanan, posisi 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 kesasaran ke atas, mendatar dan ke samping.

b. Definisi Operasional

Gerak dasar lempar adalah skor yang diperoleh siswa melalui lembar pengamatan gerak dasar lempar yang dilakukan pada setiap siklus melalui pengamatan yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan instrumen penelitian yang mencangkup aspek pandangan mata, posisi tubuh, gerak lengan, dan posisi kaki. Apabila semua deskriptor tercapai mendapatkan skor 3, jika 2 deskriptor yang tercapai mendapatkan skor 2 dan apabila 1 deskriptor yang tercapai mendapatkan skor 1.

c. Kisi-kisi Instrumen

Kisi-kisi instrumen untuk mengukur peningkatan gerak dasar lempar yang menggunakan pendekatan bermain dalam kegiatan pembelajaran adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Deskriptor dan Kisi-kisi Kemampuan Gerak Dasar Lempar

No	Indikator	Deskriptor	Ya	Tidak
1.	1. Posisi Kaki	✓ Posisi kaki kiri saat melempar berada didepan (apabila anak melempar pada tangan kiri maka posisi kakinya dibalik)		
		✓ Posisi kaki kanan saat melempar berada dibelakang (apabila anak melempar pada tangan kiri maka posisi kakinya dibalik)		

		✓ Setelah bola dilempar kaki kanan agak ditarik ke atas		
	2. Gerakan Lengan	✓ Gerakan lengan saat melempar diayunkan ke samping ke belakang		
		✓ Dari belakang bola dilemparkan dengan menggerakan tangan ke belakang melalui atas kepala		
		✓ Ke atas ke depan, dan bola dilepas saat tangan lurus		
	3. Posisi Tubuh	✓ Sebelum melakukan lemparan berat badan bertumpu pada kaki kanan		
		✓ Posisi badan pada saat ingin melempar agak condong ke belakang		
		✓ Setelah bola dilepaskan posisi badan agak condong ke depan dan berat badan bertumpu pada kaki kiri		
	4. Pandangan	✓ Pandangan mata lurus kedepan		
		✓ Pandangan mata tertuju pada target/sasaran		
		✓ Menoleh ke arah lemparan bola		

Keterangan :

1. Ya = Apabila deskriptor tercapai nilai 1.

2. Tidak = Apabila deskriptor tidak tercapai nilai 0.

2. Variabel Pendekatan Bermain

a. Definisi Konseptual Pendekatan Bermain

Pendekatan dalam pembelajaran diperlukan sebagai bentuk usaha atau cara dalam interaksi yang dilakukan oleh guru kepada siswa sebagai proses penyajian isi pembelajaran untuk mencapai kompetensi yang telah ditentukan dalam suasana yang menyenangkan.

Pendekatan bermain adalah suatu cara atau usaha yang dilakukan sadar tanpa paksaan untuk mencapai kompetensi yang diinginkan dengan mengoptimalkan aktivitas gerak yang disertai rasa senang, bertanggung jawab, yang mengandung nilai-nilai kerjasama dan sportivitas yang baik dan merupakan interaksi antara siswa dengan lingkungannya.

b. Definisi Operasional Pendekatan Bermain

Pendekatan bermain dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani adalah skor yang diperoleh dari pengamatan terhadap siswa dan guru dengan komponen yang mengacu pada kesenangan, bertanggung jawab, aktif bergerak, berkerjasama, dan memupuk sifat sportivitas dalam proses pembelajaran, dengan penilaian jika dilakukan atau ada mendapatkan skor 2, jika jarang dilakukan mendapatkan skor 1, dan jika tidak dilakukan atau tidak ada mendapatkan 0

c. Kisi-kisi Instrumen

Kisi-kisi instrumen untuk mengukur peningkatan gerak dasar lempar yang menggunakan pendekatan bermain dalam kegiatan pembelajaran adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Pendekatan Bermain

No	Komponen	Indikator		Nomor Peryataan		Jumlah
		Aktivitas Guru	Aktivitas Siswa	Guru	Siswa	
1	Kesenangan	1. Guru ramah dan terbuka kepada siswa	1. Siswa mendapatkan percaya diri dalam bermain	1	11	6
		2. Menyampaikan permainan	2. Siswa melaksanakan permainan	2	12	
		3. Memotivasi	3. Termotivasi	3	13	
2	Tanggung jawab	1. Menjelaskan peraturan permainan	1. Mengikuti peraturan permainan	4	14	4
		2. Berperan serta dalam permainan	2. Siswa bermain dalam permainan	5	15	
3	Aktif bergerak	1. Guru memberikan permainan	1. Siswa melakukan dengan sungguh-sungguh	6	16	2

4	Kerja sama	1. Saling membantu 2. Kekompakan	1. Saling membantu 2. Kekompakan	7 8	17 18	4
5	Sportivitas	1. Menghargai lawan 2. Mengarahkan siswa	1. Menghargai lawan 2. Mengakui kekalahan	9 10	19 20	4
Jumlah						20

Jumlah Nilai :

Untuk no 1 – 20 : Jika jawaban Ya, maka mendapat skor 1.
Jika jawaban Tidak, maka mendapat skor 0.

Jumlah Total Nilai = 20

Persentase = Jumlah nilai yang diperoleh X 100%
Jumlah total nilai

K. Analisis Data dan Interpretasi Hasil Analisis

1. Analisis Data

Dalam penelitian ini peneliti bertujuan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar lempar pendekatan melalui bermain. Oleh karena itu diperlukan data penelitian yang di dapat dari hasil penelitian. Agar dapat mengetahui hasil dari penelitian maka digunakan teknik dalam menganalisis data yang terkumpul. Teknik yang digunakan dalam menganalisis data yang terkumpul adalah dengan melakukan perhitungan persentase baik pada data

pemantau tindakan maupun data penelitian. Kedua data tersebut digunakan untuk mengetahui hasil sebelum dan sesudah di lakukan tindakan. Apabila tindakan pertama belum berhasil, maka akan diteruskan ke tindakan berikutnya, sampai tampak benar adanya peningkatan Pendidikan Jasmani melaui pendekatan bermain.

Data yang terkumpul berupa catatan hasil observasi serta foto-foto pada saat proses pembelajaran berlangsung. Data tersebut di susun 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 dilakukan oleh peneliti dan kolabolator. Hasil analisis di sajikan tidak hanya dalam bentuk foto melainkan juga kesimpulan pada akhir setiap siklus dimana penelitian dan kolaboratif menghitung persentase pencapaian dengan kriteria keberhasilan yang telah dirumuskan sebelumnya.

Apabila dalam proses meningkatkan kemampuan gerak dasar lempar melalui pendekatan bermain dalam Pendidikan Jasmani pada siklus I belum mencapai target yang ditetapkan maka dilakukan siklus II dan seterusnya sampai mencapai persentase yang telah ditentukan. Perbedaan peningkatan

sebelum dan sesudah tindakan yang telah dihitung dengan menggunakan statistik diagram batang.

L. Teknik Pemeriksaan Keterpercayaan Data

Untuk mengecek keabsaan 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 lempar, pemantau tindakan dan dokumentasi (foto).