

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Rancangan/ Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Penelitian tindakan adalah salah satu strategi pemecahan masalah yang memanfaatkan tindakan nyata dalam bentuk proses pengembangan inovatif yang “dicoba sambil jalan” dalam mendeteksi dan memecahkan masalah. Dalam prosesnya, pihak-pihak yang terlibat dalam kegiatan tersebut dapat saling mendukung satu sama lain (Suharsimi Arikunto, 2013:129).

Sedangkan Penelitian Tindakan kelas, menurut (Arif 2012) adalah jenis penelitian ini yang mampu menawarkan cara dan prosedur baru untuk memperbaiki dan meningkatkan profesionalisme pendidik dalam proses belajar mengajar di kelas dengan melihat kondisi siswa, bahkan (Anda Juanda 2016) dalam bukunya yang berjudul *Action Research Principles and Practice* memandang PTK sebagai bentuk penelitian reflektif yang dilakukan oleh pendidik sendiri terhadap kurikulum, pengembangan sekolah, meningkatkan prestasi belajar, pengembangan, keahlian mengajar dan sebagainya.

3.2 Subjek dan Objek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX F SMPN 11 Tasikmalaya sedangkan objek penelitiannya berjumlah 31 orang siswa yang terdiri dari 16 siswi perempuan dan 15 siswa laki-laki.

3.3 Prosedur/Langkah-Langkah Penelitian

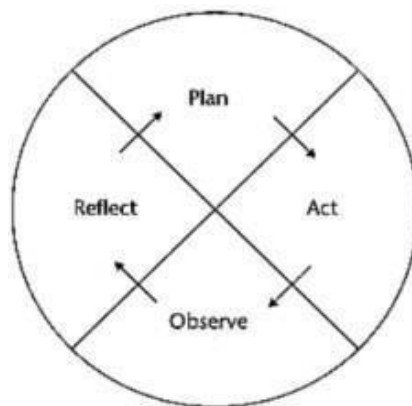
Penelitian ini menggunakan desain penelitian tindakan kelas (PTK) yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar *Heading* siswa melalui penerapan bola modifikasi. PTK terdiri dari beberapa siklus yang mencakup perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Menurut Pinton Setya Mustafa et al (2022, p. 146) Penelitian tindakan kelas merupakan suatu upaya untuk mencermati kegiatan belajar sekelompok peserta didik dengan memberikan sebuah tindakan (*treatment*) yang sengaja dimunculkan oleh guru, bersama-sama antara guru dan peserta didik,

atau peserta didik dibawah bimbingan guru yang bertujuan memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran. Berdasarkan uraian diatas, penelitian ini menggunakan model kolaboratif yang menggunakan kerjasama antara kepala sekolah , guru dan peneliti. Penelitian tindakan kelas (PTK) ini penulis gunakan berdasarkan permasalahan dalam pembelajaran. Dalam penelitian tindakan kelas ini pun peneliti mengamati peserta didik dengan penerapan bola modifikasi untuk meningkatkan hasil pembelajaran *Heading* sepak bola, melalui tindakan yang dengan sengaja dilakukan dalam bentuk rangkaian siklus kegiatan. Sebelum melakukan tahapan pada tiap siklus, peneliti melakukan tahapan pra siklus yaitu dengan metode pembelajaran yang menggunakan proyek atau kegiatan sebagai media untuk lebih meyakinkan peneliti dalam penelitian dan dalam menyusun perencanaan penelitian.

a. Model PTK yang digunakan

Model penelitian yang digiunakan dalam PTK ini adalah model Kurt Lewin. Menurut (Darmayanti et al. 2024) model penelitian tindakan kelas versi Kurt Lewin terdiri dari empat fase yang sifatnya siklus. Fase pertama adalah fase perencanaan (*plan*), pelaksanaan (*act*), observasi (*observe*) dan refleksi (*reflect*). Fase perencanaan adalah fase dimana peneliti atau guru menyusun rencana tindakan yang akan digunakan untuk memperbaiki atau menyelesaikan permasalahan di kelas. Rencana itu tertuang secara tertulis dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), modul ajar dan sejenisnya. Lalu dilanjutkan dengan pelaksanaan yaitu menerapkan apa yang sudah tertuang dalam perencanaan tertulis menjadi sebuah tindakan di dalam kelas. Ketika tindakan itu terlaksana, guru atau peneliti bisa sekaligus menerapkan fase observasi yaitu melakukan observasi atau pengamatan terhadap proses tindakan sekaligus mencatat kekurangan dan efektivitas tindakan dengan perencanaan sebelumnya. Lalu, fase refleksi adalah fase dimana peneliti atau guru melakukan analisis terhadap hasil observasi sekaligus merencanakan perbaikan tindakan yang akan diterapkan di siklus berikutnya. Hal itu dilakukan secara berulang hingga tujuan penelitian tindakan kelas tercapai atau permasalahan di kelas dapat terselesaikan.

Model ini dapat digambarkan dalam skema sebagai berikut :



Gambar 3.1 Model Penelitian Tindakan Kurt Lewin

Sumber : Darmayanri et al., (2024, p. 14)

b. Jumlah siklus dan Pertemuan

Dalam tradisi pelaksanaan PTK di Indonesia jumlah siklus dilaksanakan minimal dua siklus. Di setiap siklusnya terdiri minimal dua pertemuan.

3.3.1 Tahapan siklus I

a. Rencana (*Planning*)

Rencana merupakan kerangka/langkah-langkah yang merinci mengenai suatu proses untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Hal yang perlu dilakukan pada tahap ini diantaranya seperti merancang Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) *Heading* sepak bola, mengembangkan perangkat pelaksanaan pembelajaran serta merancang instrumen penelitian. Berikut langkah-langkah pada tahap ini diantaranya:

- 1) Membuat rencana pembelajaran yang mencakup tujuan pembelajaran.
- 2) Merencanakan pembelajaran yang akan dilakukan selama proses belajar mengajar.
- 3) Menetapkan standar kompetensi dan kompetensi dasar.
- 4) Memilih bahan ajar yang sesuai.
- 5) Menentukan proses pembelajaran *Heading* sepak bola menggunakan modifikasi bola berupa bola busa(busa) sebanyak 15 buah bola busa (busa)
- 6) Mempersiapkan alat, bahan dan sumber belajar yang dibutuhkan.

- 7) Membuat lembar observasi untuk mengetahui proses pembelajaran yang sedang berlangsung.
- 8) Membuat soal latihan atau tugas gerak yang akan dilakukan siswa.
- 9) Membuat soal dan format evaluasi setiap akhir siklus untuk mengetahui perubahan hasil belajar setelah tindakan dalam proses pembelajaran.

b. Pelaksanaan Tindakan (*Action*)

Tahap ini merupakan kegiatan inti pada penelitian yang dilakukan di siklus I, penulis melaksanakan tindakan pembelajaran *Heading* dengan menerapkan modifikasi bola busa dengan tahapan:

- a. Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang didalamnya mencakup tujuan pembelajaran dan indikator keberhasilan siswa dalam proses pembelajaran.
- b. Mempersiapkan format penilaian dalam bentuk tabel untuk mengukur penilaian proses pembelajaran siswa.
- c. Merencanakan penilaian proses pembelajaran.
- d. Mempersiapkan materi untuk disebarkan kepada siswa melalui *WhatsApp* Grup untuk dipelajari.
- e. Mempersiapkan sumber, bahan dan alat bantu yang dibutuhkan saat pembelajaran seperti *cones*, bola sepak sebenarnya.
- f. Mempersiapkan 16 bola sepak busa yang sudah dimodifikasi.
- g. Menyusun Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) yang terdiri dari
 - a) Lembar observasi untuk mengetahui proses pembelajaran yang sedang berlangsung.
 - b) soal dan evaluasi pada setiap akhir siklus untuk mengetahui hasil belajar siswa mengalami perubahan atau tidak setelah tindakan dalam proses pembelajaran.

c. Pengamatan (*Observation*)

Kegiatan pengamatan dilakukan secara kolaboratif dengan guru mata pelajaran yaitu Bapak Nana Herlambang, S.Pd yang bertindak sebagai *observer*. Pengamatan ini berfungsi untuk melihat dan mendokumentasikan pengaruh-pengaruh yang diakibatkan oleh

tindakan dalam kelas (Suryadi & Berdianti, 2018, p. 225). Pengamatan dilakukan menggunakan format mengenai tahapan observasi yang mengacu pada langkah-langkah pembelajaran yang ada pada RPP.

d. Refleksi (*Reflection*)

Refleksi dalam penelitian tindakan kelas merupakan proses evaluasi dan analisis yang dilakukan terhadap tindakan yang telah dilakukan dalam pembelajaran. Refleksi disini meliputi kegiatan analisis, sintesis, penafsiran (penginterpretasian), menjelaskan dan menyimpulkan (Suryadi & Berdianti, (2018, p. 225). Refleksi merupakan hasil tindak lanjut dari observasi. Hasil refleksi dalam proses pembelajaran didasarkan pada hasil observasi yang dilakukan oleh *observer*.

3.3.2 Tahap Siklus II Perencanaan (Planning)

Hal yang perlu dilakukan pada tahap ini adalah merencanakan perbaikankinerja yang telah dilakukan di siklus I.

- 1) Identifikasi masalah yang muncul pada siklus I dan belum teratasi sehingga menetapkan alternatif pemecahan masalah.
- 2) Mengembangkan program tindakan pada siklus II.

Pelaksanaan Tindakan (*Action*)

Melakukan pembukaan, berdoa'a dan memeriksa kehadiran peserta didik) pada saat akan memulai pembelajaran.

- 1) Melakukan pemanasan statis, dinamis dan permainan/*games*.
- 2) Menjelaskan materi yang akan dipelajari beserta tujuan, kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator dan KKM yang harus dicapai pada materi pembelajaran
- 3) Melakukan pemanasan statis, dinamis dan permainan/*games*.
- 4) Guru memotivasi peserta didik dengan menyampaikan bahwa dalam pembelajaran peserta didik akan banyak melakukan kegiatan bermain dan memanfaatkan *Handphone* dengan harapan pembelajaran dapat lebih menyenangkan bagi peserta didik.
- 5) Guru melakukan apersepsi dengan cara meminta peserta didik menyimak video terkait materi pembelajaran. Video tersebut dibuka melalui

Handphone masingmasing peserta didik tautan berikut:

- 6) Guru mengaitkan apa yang telah diketahui atau dialami peserta didik terhadap materi yang akan dipelajari dengan cara menyampaikan pertanyaan:
 - a) Gerak dasar apa yang terdapat pada video tersebut?
 - b) Apakah peserta didik sudah pernah melakukan menyundul bola dalam sepak bola?
- 7) Guru menyampaikan kompetensi dan tujuan pembelajaran yang akan dicapai.
- 8) Guru menyuruh peserta didik menuju lapangan, bagi peserta didik yang belum berganti pakaian olahraga agar segera berganti pakaian kemudian langsung menuju lapangan dalam waktu 5 menit.
- 9) Guru membagi peserta didik dalam 4 kelompok secara heterogen, masing-masing kelompok beranggotakan 9 anggota.
- 10) Masing-masing kelompok ditugaskan untuk merancang sebuah pembelajaranyang memuat gerakan menyundul bola dalam sepak bola.
- 11) Kelompok dapat mencari referensi dari sumber-sumber yang tersedia seperti dari internet, salah satunya situs berikut ini yang dapat dibuka dengan cara melalui tautan berikut
- 12) Rancangan pembelajarantersebut memuat tentang:
 - a) Judul permainan
 - b) Anggota kelompok
 - c) Waktu permainan
 - d) Jenis permainan: pertandingan / perlombaan
 - e) Jumlah pemain yang bermain
 - f) Ukuran dan bentuk lapangan
 - g) Peralatan yang digunakan
 - h) Aturan permainan
 - i) Cara memulai permainan
 - j) Pembelajaranberakhir ketika
 - k) Penentuan pemenang

- 13) Rancangan pembelajarantesebut dituliskan dalam lembar kerja yang telah disiapkan
- 14) Guru memantau pelaksanaan proyek dan memastikan seluruh peserta didik terlibat aktif di dalamnya.
- 15) Apabila terdapat peserta didik yang tidak aktif dalam melaksanakan proyek, guru menegur peserta didik tersebut.
- 16) Guru berkeliling ke kelompok-kelompok untuk memberikan bimbingan dan arahan jika mengalami kesulitan..
- 17) Kemudian rancangan pembelajarandari kelompok yang presentasi dipraktikkan oleh kelompok lain.
- 18) Apabila satu kelompok telah selesai mempresentasikan rancangan permainan/latihan dan mempraktikkannya terhadap kelompok lain, dilanjutkan presentasi dan mempraktikkan rancangan permainan/latihan dari kelompok yang lainnya sampai seluruh rancangan permainan/latihan dari seluruh kelompok dipresentasikan an dipraktikkan.
- 19) Guru mengajak peserta didik merefleksi dan menyimpulkan proses pembelajaran.
 - Apakah kelompok merasa puas atas penyelesaian proyek yang telah dilaksanakan?
 - Apakah masing-masing anggota dalam kelompok sudah memahami proses penyelesaian proyek untuk mencapai tujuan pembelajaran?
- 20) Kesimpulan untuk pembelajaran ini yaitu apabila dalam rancangan permainan/latihan yang telah dirancang, dipresentasikan dan dipraktikkan kepada kelompok lain terdapat gerakan menggiring bola dan menyundul bola maka peserta didik telah mencapai tujuan pembelajaran yang telah disampaikan di awal pembelajaran.
- 21) Kemudian apabila dalam presentasi dan mempraktikkan rancangan permainan/latihan kepada kelompok lain dapat dipahami dan dilaksanakan dengan baik oleh kelompok lain maka peserta didik telah mencapai tujuan pembelajaran dengan level sangat baik.

- 22) Marilah kita apresiasi hasil penyelesaian proyek oleh seluruh kelompok dengan tepuk tangan bersama-sama
- 23) Siswa melakukan pendinginan dengan Gerakan pendinginan
- 24) Siswa bersama guru melakukan refleksi terhadap materi yang sudah berlangsung
- 25) Guru bersama Siswa berdoa dan menyampaikan salam penutup

3.4 Teknik Pengumpulan Data

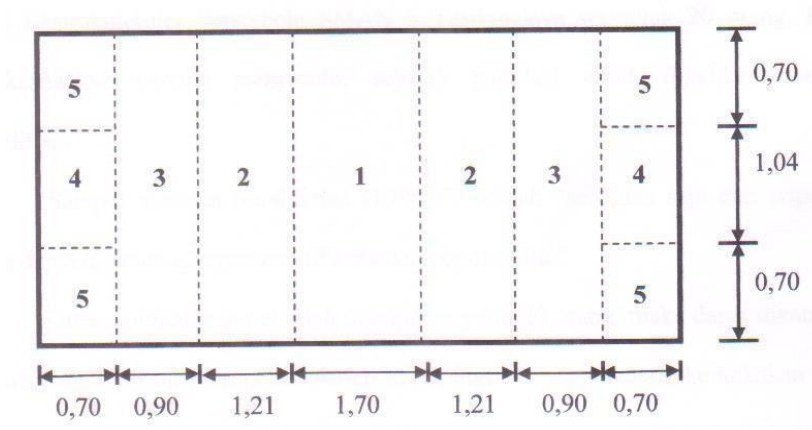
Kegiatan pengamatan dilakukan secara kolaboratif dengan guru mata pelajaran yaitu Bapak Nana Herlambang, S.Pd yang bertindak sebagai *observer*. Pengamatan ini berfungsi untuk melihat dan mendokumentasikan pengaruh-pengaruh yang diakibatkan oleh tindakan dalam kelas (Suryadi & Berdianti, 2018, p. 225). Pengamatan dilakukan menggunakan format mengenai tahapan observasi yang mengacu pada langkah-langkah pembelajaran yang ada pada RPP

3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian dipergunakan untuk mengumpulkan data dengan teliti untuk menjawab masalah penelitian dan menguji hipotesis. Keberhasilan dari suatu penelitian banyak ditentukan oleh instrumen penelitian yang dipergunakan. Menurut Suharsimi Arikunto (2013) "Instrumen penelitian adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya" (hlm.135). Instrumen adalah alat untuk mengumpulkan data, hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto (2013) "Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik. Dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah untuk diolah" (hlm.136). Dalam setiap penelitian, data merupakan faktor yang utama. Tanpa data penelitian tersebut tidak akan terjadi karena penelitian yang sebenarnya bukan hanya mengumpulkan data saja tetapi justru data tersebutlah yang diolah atau dianalisis sehingga peneliti dapat menafsirkan hasil penelitiannya berdasarkan data yang diperolehnya. Banyak cara yang dapat kita lakukan untuk memperoleh data penelitian. Salah satu di antaranya adalah dengan teknik tes. Menurut Nurhasan dan Nurlan (2010), "Dengan alat ukur ini kita akan memperoleh data dari suatu obyek tertentu, sehingga kita dapat mengungkapkan tentang keadaan

obyek tersebut secara obyektif” (hlm.3). Sesuai dengan data yang diinginkan, maka instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes heading dalam pembelajaran sepak bola dari menurut Nurhasan dan Abdul Narlan (2010) sebagai berikut :

- 1) Tujuan : mengukur penguasaan keterampilan dalam pembelajaran sepak bola.
- 2) Alat-alat yang digunakan :
 - Bola
 - Peluit
 - Lapangan sepak bola
 - Gawang
 - Tambang atau tali
 - Alat tulis
- 3) Petunjuk Pelaksanaan :
 - Peserta tes pertama mengambil anjang-ancang untuk heading dan peserta kedua melemparkan bola ke arah peserta pertama.
 - Peserta tes harus menyundul bola (heading) pada daerah yang ditentukan dengan 3 kali kesempatan, jika bola yang disundul keluar dari area yang ditentukan maka diberi nilai 0 (nol) dan nilai tertinggi dalam area itu adalah 5. untuk lebih jelasnya lihat gambar 3.1 di bawah ini. (hlm.151).



Gambar 3.2 Tes Menyundul Bola (*Heading*)

Sumber : Nurhasan dan Abdul Narlan

3.6 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian merupakan langkah-langkah yang diambil bertujuan untuk mengetahui sebuah data sehingga menjadi informasi yang relevan. Teknik analisis data yang gunakan penulis pada penelitian ini mengacu pada teknik analisis data yang sudah tertera di dalam RPP yang dijelaskan sebagai berikut:

$$Nilai = \frac{Skor\ yang\ diperoleh}{Skor\ maksimal} \times 100\%$$

Dijelaskan dalam RPP bahwasannya teknik analisis data ini bertujuan untuk mengetahui hasil belajar *Heading* sepak bola siswa kelas IX F SMPN 11 Tasikmalaya.

3.7 Indikator/Kriteria Keberhasilan

Indikator keberhasilan dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran merupakan kriteria yang digunakan untuk menilai sejauh mana tujuan pembelajaran telah dicapai. Indikator membantu guru dalam mengevaluasi efektivitas proses pembelajaran dan hasil yang diperoleh oleh siswa.

Tabel 3.1 Indikator Keberhasilan Penelitian

Indikator Keberhasilan	
a. Mengamati dengan seksama materi teknik, kesalahan, perbaikan <i>Heading</i> .	1. Mampu menjawab dan menjelaskan cara melakukan gerak spesifik <i>Heading</i> dimulai dari awalan, pelaksanaan dan akhiran serta menjelaskan pelaksanaan pola pertahanan <i>Heading</i> .
b. Mempraktikan gerakan teknik, kesalahan dan perbaikan <i>Heading</i> .	
c. Mempraktikan berbagai gerak spesifik pembelajaran <i>Heading</i> dengan pola pertahanan <i>Heading</i> melalui peraturan yang dimodifikasi	

Sekurang-kurangnya 75% siswa mendapatkan nilai melebihi nilai Kriteria Ketuntasan Maksimal <75.

3.8 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama satu bulan pada bulan November 2024 setiap hari Rabu pukul 07.00 – 08.45 sesuai jadwal mata pelajaran olahraga kelas IX

F. Pelaksanaan penelitian ini bertempat di lapangan olahraga SMPN 11 Tasikmalaya.

Tabel 3.2 Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	Bulan/Tahun																
		September 2024				Oktober 2024				November 2024				Desember 2024				
1	Persiapan																	
	Menyusun Proposal																	
	Seminar Proposal																	
	Observasi ke lapangan																	
	Menyusun konsep pelaksanaan (RPP)																	
	Menyusun jadwal penelitian																	
	Menyusun instrument																	
2	Pelaksanaan																	
	Menyiapkan alat dan kelas																	
	Melakukan tindakan siklus I																	
	Melakukan tindakan siklus II																	