

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1. Rancangan Penelitian

Metode penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Penelitian tindakan kelas bukan hanya bertujuan mengungkapkan penyebab dari berbagai permasalahan pembelajaran yang di hadapi seperti kesulitan peserta didik dalam melakukan pokok pokok bahasan tertentu, dalam melakukan gerakan tertentu dalam pembelajaran, tetapi yang lebi penting lagi adalah memberikan pemecaan masala berupa tindakan tertentu untuk meningkatkan kualitas proses dan asil belajar peserta didik. Menurut (Ani Widayati, 2008) “Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan suatu kegiatan penelitian yang berkonteks kelas yang dilaksanakan untuk memecahkan masalah-masalah pembelajaran yang dihadapi oleh guru, memperbaiki mutu dan hasil pembelajaran dan mencobakan hal-hal baru dalam pembelajaran demi peningkatan mutu dan hasil pembelajaran”. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa penelitian tindakan Kelas adalah jenis penelitian yang memaparkan baik proses maupun hasil, yang melakukan proses penelitian tindakan kelas di kelasnya untuk meningkatkan kualitas pembelajarannya.

Menurut Arikunto dalam sunanto (2009, hlm 31) “Hal yang dimaksud dengan perencanaan dalam PTK adalah kegiatan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), yaitu kegiatan membuat rencana akan dilaksanakan dalam pelaksanaan tindakan”. Bagaimana guru ditanya, apakah RPP bagi guru yang akan melaksanakan penelitian tindakan kelas sama saja dengan RPP pembelajaran yang biasa? Jawabnya, tentu saja tidak. Kalau tidak sama, bagian manakah yang tidak sama itu? Tentu jawabanya di bagian pelaksanaan pembelajaran.

Salah satu ciri dari penelitian ini adalah *cycle* atau adanya langkah-langkah yang terencana dirangkum dalam sebuah siklus. Perencanaanya pun dibagi dua siklus dan masing-masing siklus memiliki fase-fase perencanaan (*planing*), tindakan (*acting*), pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflectioning*). Penelitian

Tindakan Kelas dilakukan minimal 2 (dua) siklus, satu siklus minimal dua kali pertemuan.

Langkah-langkah yang dapat dilalui dalam melaksanakan penelitian tindakan kelas dengan dua siklus. Untuk lebih jelas dikemukakan dalam diagram berikut.



Gambar 3. 1. siklus penelitian tindakan kelas
menurut arikunto (Sunanto, 2009)

Dalam Gambar 2 terlihat ada dua lingkaran yang dimulai dari perencanaan, kemudian pelaksanaan, pengamatan dan sesudah itu refleksi. Keistimewaan penelitian tindakan kelas sebagai berikut:

- 1) Riset ini mampu menunjang kualitas praktisi pendidikan karakteristik penelitian tindakan kelas tidak memiliki hasil akhir, akan melainkan proses bersiklus yang memungkinkan peneliti untuk mencari dan menemukan peningkatan pembelajaran yang sesuai dengan situasi pada saat melakukan penelitian. Sehingga atas dasar inilah prosedur yang dijalankan memberikan dorongan para praktisi untuk mampu menyelesaikan permasalahan yang terjadi.

- 2) Penelitian Tindakan Kelas memberikan peningkatan kepercayaan diakui atau tidak dengan meneliti menggunakan metodologi penelitian tindakan kelas memberikan kepercayaan bagi para tenaga pendidikan. Sebagai contohnya disini seorang penelitian tindakan menambah kepercayaan diri seorang guru dengan mempelajari berbagai cara agar mereka dapat mengubah hidup dan pentingnya pekerjaan mereka, serta meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam kemampuan mengajar.
- 3) Membantu guru dalam menyelidiki permasalahan untuk guru sendiri, tujuan penelitian tindakan kelas membantu dalam menyelidiki masalah yang dihadapi di kelas dan menemukan solusi untuk mengatasi masalah tersebut. Memberikan proses belajar mengajar yang tepat dan efektif kepada siswa merupakan tanggung jawab utama seorang guru. Dengan memberikan proses belajar mengajar yang tepat dan efektif, seorang guru hendaknya mengetahui dengan tepat situasi konkrit di kelas.

3.2. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek penelitian merupakan sesuatu yang diteliti baik itu orang, benda ataupun lembaga (organisasi). Subjek penelitian pada dasarnya adalah yang akan dikenai kesimpulan hasil penelitian. Di dalam subjek penelitian ini terdapat objek penelitian. Subjek pada penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII A SMP Negeri 13 Tasikmalaya yang berjumlah 32 peserta didik.

Objek penelitian adalah sifat keadaan dari suatu benda, orang, atau yang menjadi pusat perhatian dan sasaran penelitian. Objek penelitian ini adalah proses Modifikasi matras bidang miring dengan jumlah pesertadidik yang berjumlah 32 peserta didik.

3.3. Prosedur/langkah langkah Penelitian

Dalam melaksanakan sebuah penelitian harus dilakukan secara teratur, untuk itu peneliti menentukan langkah-langkah penelitian sebagai berikut:

Tahapan Siklus I

1. Perencanaan

Kegiatan dalam tahap perencanaan antara lain mengembangkan perangkat pembelajaran, merancang Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dan merancang instrumen penelitian. Adapun tahap perencanaan dalam penelitian tindakan kelas ini meliputi:

- a) peneliti melakukan analisis kurikulum untuk mengetahui kompetensi dasar yang akan disampaikan peserta didik dalam pembelajaran roll depan.
- b) membuat rencana pembelajaran dengan mengacu pada tindakan (*treatment*) yang diterapkan pada PTK, yaitu pembelajaran senam lantai roll depan dengan metode progresif
- c) Menyusun instrument yang digunakan dalam siklus PTK, penelitian kemampuan roll depan
- d) Menyiapkan peralatan yang diperlukan untuk pelaksanaan pembelajaran roll depan dengan menggunakan bidang miring
- e) menyusun alat evaluasi pembelajaran

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan kegiatan yang dilakukan adalah melaksanakan proses pembelajaran dilapangan dengan langkah langkah kegiatan antara lain

- a) menjelaskan kegiatan pembelajaran roll depan dengan menggunakan bidang miring.
- b) melakukan pemanasan
- c) melakukan pembelajran roll depan dengan pemanfaatan bidang miring, dengan ketentuan pola gerakan yaitu:
 1. Sikap permulaan dengan sikap jongkok
 2. Gerakan berguling
 3. Sikap akhir
- d) Menarik kesimpulan
- e) penilaian dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung, baik aspek afektif, kognitif, dan psikomotor

- f) Melakukan pendinginan

3. Tahap Refleksi

Refleksi ini merupakan uraian prosedur analisis terhadap hasil penelitian dan refleksi berkaitan dengan proses dan dampak tindakan perbaikan yang dilaksanakan serta kriteriadan rencana bagi siklus tindakan berikutnya.

- a) Melakukan evaluasi tindakan yang telah dilakukan meliputi evaluasai mutu, jumlah dan waktu dari setiap macam tindakan.
- b) Melakukan pertemuan untuk membahas hasil evalusi tentang skenario pembelajaran dan lembar kerja siswa.
- c) Memperbaiki pelaksanaan tindakan sesuai hasil evaluasi, untuk digunakan pada siklus berikutnya.

Tahapan siklus II

1. Perencanaan (*planning*)

Merencanakan kegiatan pembelajaran pada siklus II. Merencanakan Perbaikan kinerja pada siklus II

- a) Menetapkan materi pokok atau pembahasan roll depan menggunakan *modifikasi matras bidang miring* yang akan dijadikan penelitian
- b) Identifikasi msala yang muncul paada siklus I dan belum teratasi dan penetapan alternative pemecahan masalah.
- c) memnentukan indikator pencapaian hasil belajar
- d) pengembangan program tindakan II

2. Pelaksanaan Tindakan (*Action*)

Pada siklus II tindakan kelas akan disesuaikan dengan hasil refleksi. Sebagai prediksi langkah-langkah tindakan adalah sebagai berikut:

- a) Memberi petunjuk atau penjelasan dan memberi kesempatan kepada siswa memperhatikan dan melakukan gerakan *roll depan* pada *modifikasi bidang miring* yang benar.

- b) Memberikan informasi *roll depan senam lantai* pada *bidang miring* dengan bahasa yang mudah dimengerti kepada siswa dengan model problem based learning.
 - c) Agar siswa lebih memahami materi *roll depan senam lantai* pada *modifikasi bidang miring* yang sedang diterangkan, guru memerintahkan salah satu siswa sebagai peraga.
 - d) Mencontohkan teknik melakukan *roll depan senam lantai* pada *modifikasi bidang miring*.
 - e) Memberi kesempatan kepada siswa untuk mempraktekan *roll depan senam lantai* pada *modifikasi bidang miring*.
 - f) Peserta didik yang mampu melakukan gerakan *roll depan* pada *modifikasi bidang miring*, dan menjelaskan kesalahan apa yang sering terjadi di temannya.
 - g) Peserta didik yang dapat melakukan dan menjelaskan mendapatkan hadiah.
 - h) Melakukan pendinginan
 - i) Melakukan observasi dan evaluasi melalui lembar observasi yang sudah disediakan
 - j) Mencatat hasil dari pelaksanaan kegiatan yang dilakukan
 - k) Membuat kesimpulan
3. Pengamatan (*Observing*)
- a) Mengamati pengembangan materi pengajaran *roll depan* pada *modifikasi bidang miring*.
 - b) Mencatat hal-hal yang dinilai menarik selama observasi
 - c) Pemantauan dalam jenis kegiatan pengajaran *roll depan* pada *modifikasi bidang miring*.
 - d) Mendokumentasikan penggunaan model *roll depan* pada *modifikasi bidang miring* sesuai dengan kompetensi.
 - e) Mengamati pelaksanaan pembelajaran *roll depan* pada *modifikasi bidang miring*.
 - f) Mengumpulkan informasi yang relevan dengan tujuan penelitian *roll depan* pada *modifikasi bidang miring*.

- g) Mengenal, merekam dan mendokumentasikan setiap indikator semua proses pelaksanaan *roll depan* pada *modifikasi bidang miring*.

4. Refleksi (*Reflectioning*)

Hasil observasi dan pelaksanaan tindakan bahan referensi yang digunakan untuk perubahan, perbaikan dan peningkatan pengajaran.

- a) Siswa tertarik melakukan kegiatan pembelajaran *roll depan* senam lantai
- b) Siswa bergairah melakukan *roll depan* senam lantai.
- c) Siswa berkeinginan untuk memperbaiki hasil pembelajaran *roll depan* senam lantai
- d) Siswa berkeinginan meningkatkan prestasi yang akan dilakukan

5. Penilaian

Melakukan penilaian proses pada saat pembelajaran untuk mendapatkan hasil kemampuan *roll depan* Senam lantai menggunakan modifikasi bidang miring.

3.4. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data yang di butuhkan dalam penelitian ini penulis memberikan tes. Menurut Nurasanah dalam narlan & juniar, (2020, hlm 27) “Tes merupakan suatu alat ukur yang dapat digunakan untuk memperoleh data yang obyektif tentang hasil belajar siswa”. Dalam penelitian tes ini yang digunakan yaitu Modifikasi bidang miring. Untuk memperoleh data-data tersebut digunakan beberapa Teknik dan alat pengumpulan data diantaranya.

Pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas terdiri dari test dan observasi.

- 1) Teknik tes pengetahuan menggunakan Rubrik yang ada di RPP Tujuannya adalah untuk mengetahui sejauh mana dapat mengembangkan pola pikir khususnya dalam pembelajaran aspek kognitif.
- 2) Teknik tes unjuk kerja menggunakan Rubrik yang ada di RPP Digunakan untuk mengukur kinerja siswa di kelas. Penilaian ini mencakup hasil serta proses pembelajaran.

3.5. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Perangkat Pembelajaran

Perangkat pembelajaran yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

a) Silabus

Silabus disusun berdasarkan prinsip yang berorientasi pada pencapaian kompetensi dasar. Berdasarkan prinsip tersebut maka silabus mata pelajaran penjasorkes yang digunakan memuat standar kompetensi dasar, materi pokok, indikator, penilaian, alokasi waktu dan sumber/alat.

b) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) disusun untuk 2 kali pertemuan, setiap RPP yang digunakan memuat standar kompetensi, indikator, tujuan pembelajaran, materi ajar, metode pembelajaran, langkah-langkah kegiatan, alokasi waktu, alat dan sumber serta penilaian dengan berpedoman pada langkah-langkah pembelajaran roll depan senam lantai melalui modifikasi bidang miring.

Tabel 3. 1. Rubrik unjuk kerja teknik dasar roll depan melalui modifikasi bidang miring

No	Dimensi	Indikator	Nilai			
			1	2	3	4
1.	Sikap Persiapan	1. Melakukan sikap jongkok menghadap ke arah gerakan.				
		2. Kedua telapak tangan diletakkan di atas matras				
		3. Dagu menempel di dada				
2.	Sikap Pelaksanaan	1. Angkat pinggul ke atas hingga kedua kaki lurus.				

		2. Masukkan kepala diantara kedua lengan hingga pundak.				
		3. Gulingkan badan ke depan hingga bagian badan mulai dari tengkuk, punggung, pinggang, dan panggul bagian belakang menyentuh matras.				
		4. tumpuan menggunakan kedua tangan dan kepala bagian belakang.				
3.	Sikap Lanjutan	1. Kembali pada sikap jongkok				
		2. Kedua lengan lurus ke depan.				
		3. Pandangan ke arah depan				

Keterangan:

- 1) Peserta mendapatkan nilai 4 apabila empat indikator benar dilakukan
- 2) Peserta mendapatkan nilai 3 apabila tiga indikator benar dilakukan
- 3) Peserta mendapatkan nilai 2 apabila dua indikator benar dilakukan
- 4) Peserta mendapatkan nilai 1 apabila satu indikator benar dilakukan dan tidak ada satupun yang benar
- 5) Nilai maksimum adalah 12

3.6. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah mengamati dan mengolah data yang penulis peroleh melalui tes yang penulis berikan terhadap objek penelitian yang kemudian disimpulkan dan dituangkan dalam sebuah laporan penelitian. Langkah-langkah analisis data dalam penelitian ini yakni: Identifikasi data, Melihat pola-pola, dan

Membuat interpretasi. Dalam mengolah data tersebut penulis menggunakan analisis data dituangkan dalam RPP

Rumus tersebut digambarkan sebagai berikut:

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{Skor perolehan}}{\sum \text{Skor maksimal}} \times 100\%$$

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar *roll depan melalui modifikasi* bidang *miring* kelas VIII A SMP Negeri 13 Tasikmalaya dengan penguasaan teknik yang baik dan benar.

3.7. Kriteria Keberhasilan

Keberhasilan suatu tindakan ditandai dengan terjadinya perubahan dan peningkatan hasil belajar. Ketuntasan individu tercapai apabila siswa mencapai 76% dari hasil tes atau nilai 76. Ketuntasan klasikal tercapai apabila 85% dari seluruh siswa mampu melakukan *roll depan* senam lantai dengan benar.

Adapun rumus yang di pergunakan (juaini, 2023) untuk menentukan ketuntasan klasikal adalah sebagai berikut :

$$KK = \frac{X}{Z} \times 100\%$$

Keterangan:

KK = Ketuntasan klasikal

X = Jumlah siswa yang memperoleh nilai ≥ 76

Z = Jumlah seluruh siswa

Ketuntasan belajar klasikal tercapai jika minimal 85% siswa memperoleh nilai ≥ 76 yang akan terlihat pada hasil evaluasi tiap-tiap siklus.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama bulan pada bulan Desember 2024 selama berlangsungnya semester ganjil. Dalam satu minggu dilaksanakan dua kali pertemuan sesuai jadwal mata pelajaran PJOK.

Tempat pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan di lapangan olahraga SMP Negeri 13 Tasikmalaya.

Tabel 3. 2 Jadwal Penelitian Tindakan Kelas

No	Kegiatan	Bulan/Tahun							
		agustus2024				April 2025			
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								
3	Penyusunan Laporan								
	Menyusun konsep skripsi								
	Sidang hasil penelitian								
	Perbaikan skripsi								