

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Menurut Arikunto (2021, p. 1) menyatakan :

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. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa penelitian tindakan kelas atau PTK adalah jenis penelitian yang memaparkan baik proses maupun hasil, yang melakukan PTK di kelasnya untuk meningkatkan kualitas pembelajarannya.

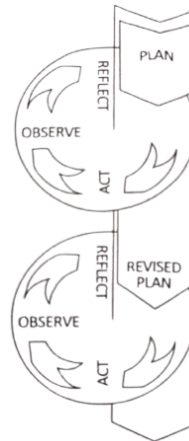
Dapat disimpulkan bahwa Penelitian tindakan kelas (PTK) adalah proses refleksi siklus yang dilakukan oleh guru yang bertujuan untuk mengatasi masalah dan menerapkan strategi baru untuk meningkatkan proses pembelajaran. Penelitian ini melibatkan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi, yang menampilkan prosedur dan hasil intervensi kelas.

a. Model PTK yang digunakan

Model Penelitian tindakan yang akan digunakan dalam PTK ini adalah model Kemmis McTaggart. Pada model ini jumlah siklus tergantung pada kriteria keberhasilan dan kepuasan peneliti. Setiap satu siklus terdiri dari 4 kegiatan yaitu: perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*action*), pengamatan (*observation*), dan refleksi (*reflection*).

b. Jumlah siklus dan pertemuan

Menurut Suryadi (2018, p. 226) “Batasan jumlah siklus adalah keyakinan peneliti bahwa tindakan yang dilakukannya telah berdampak terhadap perubahan yang diinginkan.” Dalam pelaksanaan PTK di Indonesia jumlah siklus yang sering dilaksanakan minimal dua siklus dan setiap siklus terdiri dari minimal dua pertemuan. Maka dari itu penelitian ini akan dilaksanakan dua siklus, dimana setiap siklus terdiri dari dua pertemuan. Model ini dapat digambarkan dalam skema dan penjelasan sebagai berikut.



Gambar 3. 1 Model PTK Kemmis Mc Taggart

Sumber : Suryadi (2018, p. 224)

3.2 Subjek dan Objek Penelitian

Menurut Ladyna (2023, p. 30) “Subjek penelitian adalah orang, tempat atau benda yang diamati dalam penelitian sebagai sasaran. Sedangkan objek penelitian adalah hal yang menjadi pokok persoalan untuk kemudian akan diamati dan diteliti.” Subjek dalam penelitian ini adalah guru dan siswa kelas VIII F SMPN 5 Tasikmalaya yang berjumlah 32 orang, terdiri dari 13 orang siswa laki-laki dan 19 orang siswa perempuan. Sedangkan objek dalam penelitian ini adalah penerapan model *direct instruction* untuk meningkatkan hasil belajar renang gaya bebas pada siswa kelas VIII F SMPN 5 Tasikmalaya.

3.3 Prosedur/langkah-langkah Penelitian

Dalam penelitian ini mempunyai langkah-langkah yang disebut dengan siklus. Seperti yang telah disinggung sebelumnya dalam setiap penelitian tindakan kelas di Indonesia minimal dua siklus dan setiap siklus terdapat dua pertemuan. Siklus akan terus berkelanjutan sampai peneliti mendapatkan tujuan yang diinginkan atau sudah tercapainya hasil belajar yang meningkat dan memuaskan.

3.3.1 Tahapan Siklus I

a. Rencana (*Planning*)

Rencana merupakan langkah awal yang disusun guna melakukan sesuatu yang berpandangan kedepan. Hal yang perlu dilakukan pada tahapan ini diantaranya dengan

menyusun Modul Ajar atau Rencana Pembelajaran renang gaya bebas dan merancang instrument penelitian. Adapun langkah-langkah dalam tahap ini diantaranya sebagai berikut :

- 1) Peneliti berkolaborasi dengan guru dalam mengarahkan model pembelajaran *direct instruction*
- 2) Membuat Rencana Pembelajaran
- 3) Mempersiapkan format penilaian dalam bentuk tabel untuk mengukur penilaian proses pembelajaran siswa.
- 4) Peneliti dan guru melaksanakan proses pembelajaran dengan langsung meragakan atau menggunakan media video, dan gambar untuk memberikan materi renang gaya bebas menggunakan model pembelajaran *direct instruction*.
- 5) Menyusun LKPD (Lembar Kerja Peserta Didik) yang terdiri dari :
 - (a) Lembar observasi untuk mengetahui proses pembelajaran yang sedang berlangsung
 - (b) Format penilaian keterampilan gerak (psikomotor) siswa pada saat melakukan tes renang gaya bebas.
 - (c) Format soal dan evaluasi pada setiap akhir siklus untuk mengetahui hasil belajar siswa mengalami perubahan atau tidak setelah tindakan dalam proses pembelajaran.

b. Pelaksanaan Tindakan

Tahap ini merupakan kegiatan inti dalam melakukan Penelitian Tindakan Kelas. Pada kegiatan ini terdapat fase-fase sebagai berikut :

- 1) Menyiapkan peserta didik secara psikis dan fisik untuk mengikuti kegiatan pembelajaran aktivitas air.
- 2) Melakukan pembukaan, berdoa'a dan memeriksa kehadiran peserta didik.
- 3) Menjelaskan materi yang akan dipelajari beserta tujuan, capaian pembelajaran, indikator dan Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran (KKTP) yang harus dicapai pada saat materi pembelajaran.
- 4) Guru memberikan motivasi kepada siswa.
- 5) Melakukan pemanasan statis, dinamis dan permainan.

- 6) Guru membagikan LKPD kepada masing-masing siswa di setiap kelompok.
- 7) Siswa diperintahkan untuk mengamati guruyang sedang menjelaskan serta mengamati video/gambar yang relevan dengan materi pembelajaran yaitu renang gaya bebas yang sudah di *share* sebelumnya di grup WhatsApp.
- 8) Guru menjelaskan teori dan kangkah-langkah renang gaya bebas dan memberikan demonstrasi langsung ditepi kolam atau menggunakan video pembelajaran.
- 9) Siswa mempraktikkan yang sudah guru sampaikan, lalu guru melakukan umpan balik langsung.
- 10) Siwa mempraktikan sejauh 10-15 meter menggunakan gaya bebas, guru mengamati, mencatat dan memberikan umpan balik langsung.
- 11) Siswa mengumpulkan tugas LKPD.
- 12) Peneliti mengisi format evaluasi pada setiap akhir siklus untuk mengetahui apakah ada perubahan hasil belajar setelah dilakukan tindakan dalam proses pembelajaran.
- 13) Siswa melakukan pendinginan dengan gerakan pendinginan.
- 14) Siswa bersama guru melakukan refleksi terhadap materi yang sudah berlangsung.
- 15) Guru melakukan penutupan, lalu berdo'a dan salam.

c. Pengamatan (*Observation*)

Kegiatan pengamatan dilakukan ketika tindakan dilakukan yaitu pada saat pembelajaran renang gaya bebas. Serta berkolaborasi langsung dengan guru mata pelajaran yaitu bapak Heri Purwana, M.Pd dan Bapak Satria Gandara, M.Pd. yang bertindak sebagai *observer*. "Hal-hal yang perlu di catat oleh peneliti adalah proses dari tindakan, efek-efek tindakan, lingkungan dan hambatan-hambatan yang muncul." (Suryadi, 2018, p. 225). Pengamatan dilakukan menggunakan format mengenai tahapan observasi yang mengacu pada langkah-langkah pembelajaran yang terdapat pada modul ajar.

d. Refleksi (*reflection*)

Refleksi adalah proses mengevaluasi tindakan yang telah dilakukan untuk memahami pembelajaran yang diperoleh dan merencanakan perbaikan di masa depan. Refleksi dilakukan oleh *observer*. Hasil dari refleksi itu sendiri didasarkan dari hasil observasi para *observer*.

3.3.2 Tahapan Siklus II

a. Perencanaan (*planning*)

Hal yang dilakukan pada perencanaan siklus II yaitu dengan memperbaiki kinerja yang telah dilakukan pada siklus I

- 1) Mengidentifikasi masalah yang muncul pada saat siklus I
- 2) Mengembangkan program tindakan

b. Pelaksanaan tindakan

Tahap ini merupakan kegiatan inti dalam melakukan Penelitian Tindakan Kelas. Pada kegiatan ini terdapat fase-fase sebagai berikut :

- 1) Menyiapkan peserta didik secara psikis dan fisik untuk mengikuti kegiatan pembelajaran aktivitas air.
- 2) Melakukan pembukaan, berdo'a dan memeriksa kehadiran peserta didik.
- 3) Menjelaskan materi yang akan dipelajari beserta tujuan, capaian pembelajaran, indikator dan Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran (KKTP) yang harus dicapai pada saat materi pembelajaran.
- 4) Guru memberikan motivasi kepada siswa.
- 5) Melakukan pemanasan statis, dinamis dan permainan.
- 6) Guru membagikan LKPD kepada masing-masing siswa di setiap kelompok.
- 7) Siswa diperintahkan untuk mengamati guru yang sedang menjelaskan serta mengamati video/gambar yang relevan dengan materi pembelajaran yaitu renang gaya bebas yang sudah di *share* sebelumnya di grup WhatsApp.
- 8) Guru menjelaskan teori dan langkah-langkah renang gaya bebas dan memberikan demonstrasi langsung ditepi kolam atau menggunakan video pembelajaran.

- 9) Siswa mempraktikkan yang sudah guru sampaikan, lalu guru melakukan umpan balik langsung.
- 10) Siswa mempraktikkan sejauh 10-15 meter menggunakan gaya bebas, guru mengamati, mencatat dan memberikan umpan balik langsung.
- 11) Siswa mengumpulkan tugas LKPD.
- 12) Peneliti mengisi format evaluasi pada setiap akhir siklus untuk mengetahui apakah ada perubahan hasil belajar setelah dilakukan tindakan dalam proses pembelajaran.
- 13) Siswa melakukan pendinginan dengan gerakan pendinginan.
- 14) Siswa bersama guru melakukan refleksi terhadap materi yang sudah berlangsung.
- 15) Guru melakukan penutupan, lalu berdoa' dan salam.

c. Pengamatan (*observation*)

Kegiatan pengamatan dilakukan ketika tindakan dilakukan yaitu pada saat pembelajaran renang gaya bebas. Serta berkolaborasi langsung dengan guru mata pelajaran yaitu bapak Heri Purwana, M.Pd. yang bertindak sebagai *observer*. "Hal-hal yang perlu di catat oleh peneliti adalah proses dari tindakan, efek-efek tindakan, lingkungan dan hambatan-hambatan yang muncul." (Suryadi, 2018, p. 225). Pengamatan dilakukan menggunakan format mengenai tahapan observasi yang mengacu pada langkah-langkah pembelajaran yang terdapat pada modul ajar.

d. Refleksi (*reflection*)

Refleksi adalah proses mengevaluasi tindakan yang telah dilakukan untuk memahami pembelajaran yang diperoleh dan merencanakan perbaikan di masa depan. Tahapan-tahapan refleksi yang dilakukan pada siklus II :

- 1) Melakukan evaluasi pada tindakan yang dilakukan.
- 2) Mengambil kesimpulan.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan metode yang digunakan untuk mengumpulkan informasi secara sistematis. Menurut Suryadi (2018, p. 234) "Dalam penelitian tindakan kelas data dikumpulkan oleh peneliti dan kolabolator dengan cara mengamati, merekam, mengukur dan mencatat apa yang terjadi sepanjang tindakan dilakukan." Terdapat dua

teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti yaitu observasi dan tes observasi ini merupakan teknik dimana peneliti secara langsung melakukan pengamatan fenomena yang sedang berlangsung pada saat kegiatan pembelajaran renang gaya bebas, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi kepada guru mata pelajaran sebelum melakukan penelitian atau tindakan. Sedangkan tes yaitu dengan melakukan tes secara kognitif, afektif dan psikomotor sesuai dengan model yang digunakan yaitu model pembelajaran *direct instruction*.

3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat atau perangkat yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang diperlukan. Menurut Audhiha et al (2022, p. 111) “Instrumen penelitian adalah faktor paling berperan penting dalam sebuah penelitian. Dengan adanya instrumen penelitian yang valid maka akan diperoleh hasil penelitian yang valid pula.” Instrumen penelitian yang digunakan peneliti asesmen kompetensi/penilaian hasil belajar yang disajikan dalam modul ajar, yang bertujuan mengukur penilaian sikap, pengetahuan, dan keterampilan gerak siswa. Tes yang digunakan pada penelitian ini yaitu tes afektif, kognitif, dan psikomotor dengan teknik penilaian yang sudah tertera di modul ajar sebagai berikut :

- a. Tes kognitif (Pengetahuan) ujian tulis yang meliputi essay dan pilihan ganda.

Tabel 3. 1 Rubrik penilaian tes kognitif (pengetahuan) renang gaya bebas

No	Ujian tulis (essay)	Jawaban	Skor
1	Jelaskan bagaimana koordinasi antara gerakan tangan, gerakan kaki, dan pernapasan memengaruhi kecepatan renang gaya bebas! Sertakan contoh situasi yang menunjukkan kesalahan koordinasi dan dampaknya terhadap performa renang		20
2	Buatlah rancangan latihan selama satu minggu untuk melatih teknik renang gaya bebas, yang meliputi latihan gerakan tangan, kaki, pernapasan, dan koordinasi tubuh secara keseluruhan. Jelaskan alasan pemilihan latihan tersebut!		20
3	seorang siswa sering merasa kelelahan saat berenang gaya bebas		20

	karena teknik pernapasannya tidak efisien. Identifikasi kemungkinan penyebab masalah ini dan berikan solusi yang tepat untuk meningkatkan teknik pernapasan siswa tersebut.		
4	Setelah mempelajari teknik renang gaya bebas, bagaimana Anda dapat mengaplikasikan keterampilan ini dalam kehidupan sehari-hari untuk tujuan kesehatan atau situasi darurat? Jelaskan dengan contoh konkret.		20
5	Perhatikan deskripsi teknik renang berikut: seorang perenang melakukan tarikan tangan hanya setengah dari panjang tubuhnya dan tidak melakukan rotasi tubuh yang cukup saat mengambil napas. Evaluasi teknik ini dan berikan saran perbaikan untuk meningkatkan efisiensi renang gaya bebas.		20

Keterangan :

Skor Maksimal = 100 setiap soal

Skor 100 jika peserta didik dapat menjawab semua pertanyaan dengan benar

Skor 80 jika peserta didik tidak menjawab 1 pertanyaan dengan benar

Skor 60 jika peserta didik tidak menjawab 2 pertanyaan dengan benar

Skor 40 jika peserta didik tidak menjawab 3 pertanyaan dengan benar

Skor 20 jika peserta didik tidak menjawab 4 pertanyaan dengan benar

Tabel 3. 2 Pedoman pesekoran tes pengetahuan renang gaya bebas

Nilai Ketuntasan Aspek	
Rentang Nilai	Rentang Huruf
76-100	Baik Sekali
51-75	Baik
26-50	Sedang
1-25	Cukup

Sumber : Instrumen Evaluasi Renang Gaya Bebas (2019)

- b. Tes Psikomotor (Keterampilan) penilaian keterampilan gerak siswa pada saat pembelajaran dilaksanakan.

Tabel 3. 3 Rubrik penilaian Psikomotor (Keterampilan)

Nama : _____ Kelas: _____

No	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Skor			
			1	2	3	4
1	Sikap awal	a. Meluncur, posisi badan pada saat luncuran harus lurus sejajar atau <i>streamlined</i> b. Kaki dan jari-jari lurus kearah belakang c. lengan dan tangan lurus di atas kepala d. posisi kepala nunduk kebawah dan dagu menempel di dada				
2	Pelaksanaan gerak	a. Kaki dan jari-jari lurus kebelakan, gerakan pada kaki naik turun secara bergantian atau seperti menggunting b. Pernapasan, pada saat pengambilan nafas kepana nengok ke samping kanan atau kiri dengan posisi sejajar dengan permukaan air c. tangan dan lengan, gerakan tangan dan lengan tedapat empat fase yaitu ; pull, push, recovery, entry. Lakukan secara bergantian tidak bersamaan				
3	Sikap akhir	Koordinasi antara kaki, pernapasan, tangan dan lengan secara bersamaan dengan baik dan benar				
Skor perolehan/Skor maksimal X 100% = Skor Akhir						

Keterangan :

Skor Maksimal = 12

Skor 4 jika peserta didik dapat melakukan semua rangkaian gerakan dengan benar

Skor 3 jika peserta didik tidak melakukan 1 rangkaian gerakan dengan benar

Skor 2 jika peserta didik tidak melakukan 2 rangkaian gerak dengan benar

Skor 1 jika peserta didik tidak melakukan 3 rangkaian gerakan dengan benar

- c. Tes afektif (sikap) penilaian karakter siswa meliputi penilaian mandiri dan gotong royong

1. Diri sendiri

Tabel 3. 4 Rubrik penilaian sikap (diri sendiri)

Nama : Kelas :

No	Pernyataan				
		1	2	3	4
1.	Saya membuat target penilaian yang realistis sesuai kemampuan dan minat belajar yang dilakukan.				
2.	Saya memonitor kemajuan belajar yang dicapai serta memprediksi tantangan yang dihadapi.				
3.	Saya menyusun langkah-langkah dan strategi untuk mengelola emosi dalam pelaksanaan belajar.				
4.	Saya merancang strategi dalam mencapai tujuan belajar.				
5.	Saya mengkritisi efektivitas diri dalam bekerja secara mandiri dalam mencapai tujuan.				
6.	Saya berkomitmen dan menjaga konsistensi dalam mencapai tujuan yang telah direncanakannya.				
7.	Saya membuat tugas baru dan keyakinan baru dalam melaksanakannya.				
8.	Saya menyamakan tindakan sendiri dengan tindakan orang lain untuk melaksanakan tujuan kelompok.				
9.	Saya memahami hal-hal yang diungkapkan oleh orang lain secara efektif.				
10.	Saya melakukan kegiatan kelompok dengan kelebihan dan kekurangannya dapat saling membantu.				
11.	Saya membagi peran dan menyelaraskan tindakan dalam kelompok untuk mencapai tujuan bersama.				
12.	Saya tanggap terhadap lingkungan sosial sesuai dengan tuntutan peran sosialnya di masyarakat.				
13.	Saya menggunakan pengetahuan tentang sebab dan alasan orang lain menampilkan reaksi tertentu.				
14.	Saya mengupayakan memberi hal yang dianggap penting dan berharga kepada masyarakat.				
Sangat Baik		Baik		Cukup	
				Perlu Perbaikan	

Jika mendapat skor > 41 dari pernyataan di atas.	Jika mendapat skor 28 s.d 41 dari pernyataan di atas.	Jika mendapat skor 14 s.d 27 dari pernyataan di atas.	Jika mendapat skor < 14 pernyataan di atas.
--	---	---	---

Keterangan :

Berikan tanda ceklis (√) pada kolom (1) = Tidak Setuju, (2) Ragu-ragu, (3) Setuju, (4) Sangat Setuju jika sikap yang ada dalam pernyataan sesuai dengan sikap peserta didik.

2. Gotong royong (antar peserta didik)

Tabel 3. 5 Rubrik penilaian sikap (antar peserta didik)

Nama :.....

Kelas :.....

No	Pernyataan				
		1	2	3	4
1.	Teman saya mampu bekerja sama dengan orang lain disertai perasaan senang.				
2.	Teman saya memperhatikan dan bertindak proaktif terhadap kondisi lingkungan fisik sosial.				
3.	Teman saya mampu dan mau berkomunikasi dengan orang lain.				
4.	Teman saya mengedepankan penggunaan bersama sumber daya dan ruang yang ada di masyarakat secara sehat.				
5.	Teman saya mengenali kualitas dan minat diri serta tantangan yang dihadapi.				
6.	Teman saya memahami strategi dan rencana pengembangan diri.				
7.	Teman saya mengembangkan pengendalian dan disiplin diri.				
8.	Teman saya berusaha menjadi individu yang percaya diri, resilien (elastis), dan adaptif.				
Sangat Baik		Baik		Cukup	
Jika mendapat skor > 23 dari pernyataan di atas.		Jika mendapat skor 16 s.d 23 dari pernyataan di atas.		Jika mendapat skor 8 s.d 15 dari pernyataan di atas.	
				Perlu Perbaikan	
				Jika mendapat skor < 8 pernyataan di atas.	

Keterangan :

Berikan tanda ceklis (√) pada kolom (1) = Tidak Setuju, (2) Ragu-ragu, (3) Setuju, (4) Sangat Setuju jika sikap yang ada dalam pernyataan sesuai dengan sikap peserta didik.

3.6 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah metode yang digunakan oleh peneliti untuk mengolah data yang telah dikumpulkan melalui hasil tes yang peneliti beri kepada objek penelitian. Dalam mengolah data tersebut peneliti menggunakan rumus distribusi prestasi yang tertera sesuai dalam modul ajar yaitu sebagai berikut :

$$NA: \frac{\sum skor \text{ perolehan}}{\sum skor \text{ maksimal}} \times 100\%$$

Teknik analisis data pada penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam mata pelajaran pendidikan jasmani pada kelas VIII F SMPN 5 Tasikmalaya dengan menguasai teknik yang baik dan benar, serta berperan aktif dalam pembelajaran berlangsung.

3.7 Indikator/Kriteria Keberhasilan

Indikator keberhasilan merupakan alat ukur yang digunakan untuk menilai sejauh mana tujuan atau hasil yang diinginkan. Penelitian dianggap berhasil apabila telah memenuhi indikator keberhasilan seperti yang sudah di tentukan melalui Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran (KKTP) yang telah dilakukan di SMPN 5 Tasikmalaya sebagai berikut :

- 1) Sekurang-kurangnya 75% peserta didik berperan aktif dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan memiliki tingkat kebugaran jasmanu dalam kategori baik serta memiliki karakter yang diharapkan yaitu : toleransi sportif, tanggung jawab, dan jujur.
- 2) Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran (KKTP) adalah sebagai berikut :
 - a. Aspek Kognitif : B / 75
 - b. Aspek Psikomotor : B / 75
 - c. Aspek Afektif : B / 75

3.8 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian Tindakan kelas ini dilaksanakan setiap hari jum'at 13.30-15.30 dan sabtu pukul 08.00-10.00 sesuai jadwal yang di tentukan guru Pendidikan jasmani.

Penelitian Tindakan Kelas akan dilaksanakan di kolam renang Aboh, pada kelas VIII F SMPN 5 Tasikmalaya.

Tabel 3. 6 Rencana Penelitian Tindakan Kelas

No	Kegiatan	Bulan							
		Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr
1	Tahap penyusunan								
	a. Pengajuan Judul Penelitian								
	b. Pembuatan Proposal								
	c. Seminar proposal								
2	Tahap pelaksanaan								
	a. Pengumpulan Data								
	b. Pengelolaan Data								
3	Tahap Penyusunan Laporan								
	a. Penyusunan Konsep Skripsi								
	b. Sidang Skripsi								
	c. Perbaikan Skripsi								