

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Rancangan/Desain Penelitian

Metode penelitian yang penulis gunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian Tindakan Kelas ini merupakan suatu jenis penelitian yang dilakukan oleh guru untuk memecahkan masalah pembelajaran di kelas. Menurut Asip & Ika (2018, p, 86) menjelaskan bahwa:

Penelitian Tindakan Kelas adalah sebuah proses dimana guru berkolaborasi di antara sesama, mengevaluasi tindakan yang mereka lakukan, mengartikulasi (menegaskan) penerapan nilai-nilai yang mereka anut dalam melaksanakan tugas sebagai guru, melaksanakan refleksi untuk menyadari kelemahan. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dilakukan oleh guru secara kolaboratif dengan rekan sejawatnya. Selama pelaksanaan penelitian, guru melakukan evaluasi terhadap tindakan yang diambil dengan cara mengubah kebiasaan, seperti metode, pendekatan, strategi, model, atau media pembelajaran. Perubahan tersebut bertujuan untuk meningkatkan proses, kemampuan, hasil, atau presentasi pembelajaran, serta mengatasi masalah yang muncul dalam pembelajaran. Dengan demikian, hal ini mempermudah peneliti dalam menjalankan penelitiannya.

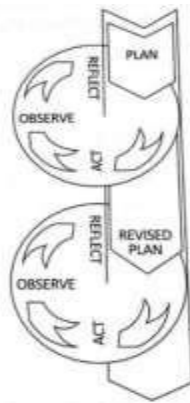
Penelitian Tindakan Kelas adalah metode penelitian yang dilakukan oleh guru guna memperbaiki atau menyelesaikan masalah pembelajaran di dalam kelas. Guru mengevaluasi tindakan yang diambil dengan melakukan perubahan pada kebiasaan pembelajaran, seperti metode, strategi, model, atau media, dengan tujuan meningkatkan proses dan hasil pembelajaran.

3.2 Subjek dan Objek Penelitian

Subjek Penelitian dalam penelitian tindakan kelas ini yang menjadi subjek penelitian adalah kelas X-1 SMAN 6 Tasikmalaya, sedangkan objek penelitiannya berjumlah 40 siswa, terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 22 siswa perempuan.

3.3 Prosedur/Langkah-Langkah Penelitian

Model Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan melalui empat tahap, yaitu perencanaan (planning), pelaksanaan tindakan (acting), pengamatan (observing), dan refleksi (reflecting). Dalam skema digambarkan dua kegiatan yang setiap seiklusnya terdiri dari empat langkah yaitu plan, act, observe, dan reflect (Asip & Ika 2018, p 89). Jumlah siklus dapat lebih dari dua tergantung rancangan peneliti. Langkah-langkah yang dapat dilalui dalam melaksanakan PTK dengan dua siklus. Untuk lebih jelasnya dikemukakan dalam diagram berikut.



Gambar 3. 1 Model PTK Kemmis dan Mc Teggart

(Sumber: [Asip & Ika, 2018, p 224])

3.3.1 Tahapan Siklus I

a. Perencanaan (Planning)

Pada tahap ini peneliti dan guru pendidikan jasmani menyusun skenario pembelajaran menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe *Student Teams Achievement Division* (STAD). Adapun langkah-langkah perencanaan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (modul ajar) yang memuat tujuan pembelajaran lompat jauh dan langkah-langkah penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *Student Teams Achievement Division* (STAD).
- 2) Menyiapkan Rubrik penilaian dan instrumen pembelajaran berupa soal kuis, soal evaluasi, dan tes kemampuan lompat jauh.

- 3) Menyusun lembar observasi untuk mengamati aktivitas siswa dan guru selama pembelajaran menggunakan model kooperatif tipe *Student Teams Achievement Division* (STAD).
- 4) Membentuk kelompok belajar siswa secara heterogen (berdasarkan prestasi, jenis kelamin, atau karakteristik lain)
- 5) Mempersiapkan lembar penilaian hasil belajar individual dan kelompok serta kriteria keberhasilan pembelajaran.

b. Pelaksanaan

Pada siklus 1, tahap ini merupakan kegiatan inti pada penelitian. Penelitian melakukan pembelajaran lompat jauh sesuai RPP menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe *Student Teams Achievement Division* (STAD) dan melakukan tes pada setiap akhir siklus, dilakukan dengan tahapan:

- 1) Guru membuka pembelajaran dan menyampaikan tujuan pembelajaran dan memotivasi siswa.
- 2) Guru menyajikan materi teknik lompat jauh.
- 3) Siswa dibagi ke dalam kelompok heterogen dan diberikan tugas diskusi atau praktik lompat jauh secara bersama.
- 4) Masing-masing siswa mengerjakan kuis secara individual dalam kelompok, hasil skor dikumpulkan sebagai nilai kelompok.
- 5) Melakukan pemanasan statis, dinamis dan permainan.
- 6) Setiap kelompok mempraktikkan gerakan lompat jauh secara bergantian.
- 7) Guru memberikan evaluasi pemahaman melalui tes praktek dan tertulis.
- 8) Siswa melakukan pendinginan.
- 9) Siswa mengumpulkan hasil kuis (Rubrik Kognitif) yang telah dikerjakan secara individual dalam kelompok.
- 10) Pemberian reward kepada kelompok dengan skor tertinggi sebagai motivasi
- 11) Berdoa Bersama dan Kembali lagi ke kelas.

c. Pengamatan (*observing*)

Pengamatan dilakukan secara Bersama dengan guru mata pelajaran yaitu Bapak Saepul S.Pd., yang bertindak sebagai *observer*. Pengamatan ini berfungsi

untuk melihat dan mendokumentasikan pengaruh-pengaruh yang diakibatkan oleh tindakan dalam kelas (Suryadi, 2018 hlm 148). Format observer mengacu pada langkah-langkah pembelajaran yang ada di modul ajar di lampirkan.

3.3.2 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah proses mengumpulkan informasi atau data yang relevan untuk analisis, penelitian, atau pengambilan keputusan. Menurut Asip & Ika (2018, p 234) “Dalam penelitian tindakan kelas data dikumpulkan oleh peneliti dan kolaborator dengan cara mengamati, merekam, mengukur, dan mencatat apa yang terjadi sepanjang tindakan dilakukan”. Data merupakan suatu hasil yang didapat dari hasil tes terhadap subjek. Menurut Nurhasan dalam (Narlan & Juniar, 2020). “Tes merupakan suatu alat ukur yang dapat digunakan untuk memperoleh data yang objektif tentang hasil belajar siswa” Fokus penelitian ini adalah melihat perkembangan belajar siswa dalam meningkatkan hasil belajar lompat jauh. Maka digunakan beberapa teknik dalam pengumpulan data:

- a. Untuk tes pengetahuan menggunakan rubrik yang ada di modul ajar. Tujuannya adalah untuk mengetahui sejauh mana siswa dapat mengembangkan pola pikir khususnya dalam aspek kognitif.
- b. Untuk kerja mengukur nilai proses keterampilan menggunakan rubrik penilaian yang terdapat di modul ajar. Tes digunakan untuk mengetahui sejauh mana siswa dapat melakukan teknik dasar dengan benar dan mendapatkan hasil yang baik. Sesuai dengan mereka pahami pada saat proses pembelajaran.
- c. Untuk tes sikap siswa saat latihan menggunakan tes afektif dilakukan dengan memberikan skor berdasarkan observasi langsung guru terhadap perilaku siswa atau melalui kuesioner singkat yang mengukur perasaan dan sikap siswa.

3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah semua hal atau semua alat yang digunakan untuk mengumpulkan, memeriksa, menyelidiki, dan mengambil kesimpulan dari permasalahan yang diteliti. Menurut Kemendikbud Nomor 23 Tahun 2016 Pasal 1

Tentang Standar Penilaian Pendidikan menjelaskan bahwa “Standar Penilaian Pendidikan merupakan kriteria mengenai lingkup, tujuan, manfaat, prinsip, mekanisme, prosedur, dan instrumen penilaian hasil belajar siswa pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah”.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam studi ini berupa rubrik penilaian yang tercantum dalam modul ajar, dengan tujuan mengukur nilai proses selama pembelajaran lompat jauh. Untuk menilai pemahaman siswa, dibuatlah soal pilihan ganda atau esai guna mengukur hasil kognitif mereka. Selain itu, tes gerak dasar lompat jauh digunakan untuk menilai keterampilan fisik siswa.

Tabel 3. 1 Lembar Observasi Guru

No	Aspek yang Diamati	Indikator	Skala Penilaian (1–4)	Keterangan
1	Kegiatan Pembuka	Menyampaikan tujuan pembelajaran	1 2 3 4	
2		Menyiapkan siswa untuk belajar	1 2 3 4	
3	Penyampaian Materi	Menjelaskan teknik lompat jauh gaya jongkok	1 2 3 4	
4		Memberi contoh gerak yang benar	1 2 3 4	
5	Pelaksanaan STAD	Membentuk kelompok belajar	1 2 3 4	
6		Memberikan lembar	1 2 3 4	

		kegiatan kelompok		
7		Memantau jalannya diskusi kelompok	1 2 3 4	
8	Penutup	Memberikan umpan balik dan refleksi	1 2 3 4	

Tabel 3. 2 Lembar Aktivitas Siswa

No	Aspek	Indikator	Skala (1–4)	Keterangan
1	Perhatian	Siswa mendengarkan penjelasan guru	1 2 3 4	
2	Keaktifan	Siswa terlibat dalam diskusi kelompok	1 2 3 4	
3	Kerja Sama	Siswa berkontribusi dalam kelompok STAD	1 2 3 4	
4	Praktik Gerak	Melakukan awalan yang benar	1 2 3 4	
5		Melakukan tolakan dengan benar	1 2 3 4	
6		Melakukan posisi melayang	1 2 3 4	

7		Melakukan pendaratan yang benar	1 2 3 4	
---	--	---------------------------------	---------	--

Tabel 3. 3 Lembar Penilaian Hasil Belajar (Kognitif)

No	Indikator Pengetahuan	Bentuk Soal	Nomor Soal	Skor
1	Memahami pengertian lompat jauh	Pilihan ganda	1	1
2	Mengetahui teknik awalan	Pilihan ganda	2	1
3	Mengetahui teknik tolakan	Pilihan ganda	3	1
4	Menjelaskan teknik melayang	Pilihan ganda	4	1
5	Menjelaskan teknik pendaratan	Pilihan ganda	5	1

Tabel 3. 4 Lembar Penilaian Keterampilan Psikomotor

No	Komponen Teknik	Indikator Gerak	Skor 1–4	Keterangan
1	Awalan	Lari awalan stabil dan terkontrol	1 2 3 4	
2	Tolakan	Tumpuan kuat dan tepat pada papan	1 2 3 4	
3	Sikap Melayang	Badan stabil, kaki terangkat	1 2 3 4	

		sesuai gaya jongkok		
4	Pendaratan	Kedua kaki mendarat dengan seimbang	1 2 3 4	
5	Hasil Lompatan	Jarak lompatan sesuai teknik	1 2 3 4	

Tabel 3. 5 Lembar Penilaian Sikap Afektif

No	Indikator Sikap	Deskripsi	Skor (1–4)
1	Disiplin	Mengikuti instruksi guru dengan tertib	1 2 3 4
2	Kerjasama	Aktif membantu kelompok saat STAD	1 2 3 4
3	Tanggung jawab	Menuntaskan tugas kelompok dan individu	1 2 3 4
4	Sportivitas	Menunjukkan sikap positif saat latihan	1 2 3 4

3.4.1 Teknik Analisis Data

Analisis data adalah mengamati dan mengolah data penulis peroleh melalui tes yang penulis berikan terhadap objek penelitian yang kemudian disimpulkan dan dituangkan dalam sebuah laporan penelitian. Dalam mengolah data tersebut penulis menggunakan analisis data yang dituangkan dalam modul ajar. Rumus tersebut digambarkan sebagai berikut:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Sekor yang diperoleh}}{\text{Sekor Maksimal}} \times 100\%$$

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar *Lompat Jauh* pada siswa kelas X SMA negeri 6 Tasikmalaya dengan teknik yang baik dan benar.

3.4.2 Indikator dan Kriteria Keberhasilan

Tindakan yang dilakukan untuk melihat dan meyakinkan bahwa itu sudah berdampak kepada perubahan, maka perlu ditentukan standar patokan yang jelas disebut “kriteria keberhasilan” atau “indicator keberhasilan”. Dengan demikian penelitian Penelitian Tindakan Kelas dianggap tuntas apabila sudah mencapai Ketuntasan tercapai ketika minimal 78% orang siswa memperoleh nilai 78 dari nilai akhir untuk tes kognitif, afektif dan psikomotor.

3.5 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan setiap hari Rabu pukul 07.20 – 09.20 sesuai jadwal mata pelajaran olahraga kelas X 1. Pelaksanaan penelitian ini bertempat di lapangan olahraga SMA Negeri 6 Tasikmalaya.

Tabel 3. 6 Rencana Penelitian Tindakan Kelas

No	Kegiatan	Januari	Februari	Maret	April	Mei	Juni	Juli
		2026	2026	2026	2026	2026	2026	2026
1	Persiapan							
	Menyusun Laporan							
	Seminar Proposal							
	Menyusun Konsep Pelaksanaan (Modul ajar)							
	Menyusun Jadwal Penelitian							
	Menyusun Instrument							
2	Pelaksanaan							
	Melakukan Tindakan Siklus I							
	Melakukan Tindakan Siklus II							
3	Menyusun Laporan							
	Menyusun konsep skripsi							
	Sidang Hasil Penelitian							
	Perbaikan Skripsi							