

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Bentuk dan Jenis Penelitian

1. Bentuk penelitian

Bentuk penelitian ini menggunakan rancangan penelitian tindakan kelas (PTK), penggunaan penelitian tindakan kelas dengan tujuan (1) memperbaiki dan meningkatkan mutu pembelajaran demi tercapainya tujuan pembelajaran, (2) mengidentifikasi, menentukan solusi dan mengatasi masalah pembelajaran agar bermutu, (3) mengujicoba gagasan, pemikiran, kiat, cara dan strategi baru dalam pembelajaran, (4) mengeksplorasi pembelajaran yang selalu berwawasan atau berbasis penelitian agar pembelajaran dapat bertumpu pada realistik empiris kelas, bukan semata-mata bertumpu pada kesan umum dan asumsi. Metode penelitian yang digunakan menentukan bentuk yang penelitian yang akan dilaksanakan. Adapun metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut Kristiyanto (2013:17-18) Penelitian Tindakan Kelas adalah:

Suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif dan dilakukan untuk meningkatkan kemampuan rasional dari tindakan-tindakan guru atau calon guru pendidikan jasmani dalam melaksanakan tugas, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan, serta memperbaiki kondisi dimana praktek-praktek pembelajaran pendidikan jasmani tersebut dilakukan, dimulai dari adanya perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi untuk setiap siklusnya.

Menurut Kristiyanto (2013:53), siklus adalah “sebuah satuan mekanisme sadar yang dilakukan peneliti bersama kolaborator dalam rangka untuk merubah keadaan secara rasional dan terencana”. Pemahaman tentang siklus di dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) pembelajaran pendidikan jasmani dapat dipahami sebagai berikut : bahwa masalah yang ditemukan dalam praktik pembelajaran pendidikan jasmani harus di identifikasikan terlebih dahulu. Setelah ditemukan dan dipilih salah satu masalah yang

paling urgen, maka perlu dikaji beberapa alternatif tindakan yang secara rasional dapat digunakan untuk mengatasi masalah itu.

Diharapkan setelah akhir siklus II, dari sajian data diambil kesimpulan bahwa meningkatkan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok yang dimodifikasi ke permukaan dengan melompati kardus yang disediakan pada pembelajaran penjaskes pada siswa kelas V MIS NU 3 Kecamatan Pontianak Barat bisa berhasil.

2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian merupakan suatu kegiatan ilmiah yang didasarkan kepada suatu analisis serta konstruksi yang dilakukan secara sistematis, metodologis, dan juga konsisten untuk mengungkap kebenaran. Karena dengan jenis penelitian yang tepat penelitian akan dapat dilaksanakan secara tepat, cepat dan akurat. Upaya menjawab pertanyaan penelitian diperlukan jenis yang sesuai dengan masalah dan tujuan penelitian. Sugiyono (2019:83) mengartikan secara umum penentuan jenis penelitian yaitu:”sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Masalah penelitian bukan dihasilkan dari kajian teoretik atau dari hasil penelitian terdahulu, tetapi masalah lebih ditekankan pada permasalahan aktual pembelajaran di kelas

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode Deskriptif, menurut Nawawi (2012:67) mendefinisikan metode “deskriptif dapat diartikan sebagai prosedur pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan/melukiskan keadaan subyek/obyek penelitian (seseorang, lembaga, masyarakat dan lain-lain) pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak, atau sebagaimana adanya”. Pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan metode deskriptif adalah prosedur pemecahan masalah dengan menggunakan fakta-fakta pada saat penelitian dilaksanakan dan disajikan sebagaimana adanya pada saat sekarang, sebab penulis hendak menggambarkan semua gejala-gejala yang terjadi pada saat penelitian ini dilaksanakan.

B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian Menurut Arikunto (2012: 188) subjek penelitian adalah subjek yang *person*, *place* dan *paper* yang menjadi pusat perhatian atau sasaran penelitian. Subjek penelitian ini adalah pada siswa kelas V MIS NU 3 Kecamatan Pontianak Barat Tahun Akademik 2022-2023. Penelitian ini di laksanakan di kelas V SD MIS NU 3 Kecamatan Pontianak Barat untuk mata pelajaran jasmani olahraga dan kesehatan dengan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok

Tabel 3.1
Distribusi Subjek Penelitian Menuurut Kelas.

No.	Jenis kelamin	Jumlah siswa
1	Laki-laki	10 siswa
2	Perempuan	20 siswa
	Jumlah	30 siswa

Sumber: TU MIS NU 3 Pontianak Barat

Alasan penulis mengambil kelas MIS NU 3 Kecamatan Pontianak Barat 1 berdasarkan hasil pra penelitian belajar siswa nilai rata-rata siswa 68,89 tahun pelajaran 2022/2023 masih ada 73,33 % di bawah standar Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) pelajaran pendidikan jasmani yaitu 70, sehingga kelas tersebut memiliki ketuntasan belajar paling rendah dibandingkan dengan kelas yang lainnya.

C. Setting Penelitian

Setting atau latar penelitian adalah keadaan tempat lokasi penelitian berlangsung meliputi situasi fisik, keadaan siswa, suasana, serta hal-hal lain yang banyak berpengaruh terhadap tindakan yang dilakukan oleh guru ketika penelitian tindakan berlangsung. *Setting* penelitian dalam PTK merupakan hal yang sangat penting dan telah ditentukan ketika menempatkan fokus penelitian. *Setting* dan subjek penelitian merupakan suatu kesatuan yang telah ditentukan sejak awal penelitian. *Setting* penelitian ini menunjukkan komunitas yang akan

diteliti dan sekaligus kondisi fisik dan sosial mereka. Setting dalam penelitian Tindakan Kelas terdiri dari tempat dan waktu penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan di MIS NU 3 Kecamatan Pontianak Barat dengan alamat: JL. Kom Yos Sudarso Gg. Alpokat Jaya Pontianak, Sungai Beliang, Kecamatan Pontianak Barat, Kota Pontianak, Kalimantan Barat 78113. Penelitian dilakukan di Kelas V untuk mata pelajaran Pendidikan Jasmani.

2. Waktu Penelitian

Waktu yang digunakan dalam penelitian ini adalah 1 bulan dan disesuaikan pada saat jadwal mata pelajaran berlangsung terutama pelajaran Pendidikan Jasmani Pada materi atletik Lompat Jauh Gaya Jongkok. Waktu penelitian dilaksanakan pada semester II tahun ajaran 2022/2023. Tahap persiapan yaitu pada bulan Desember 2022 peneliti menyiapkan judul penelitian yang akan digunakan untuk pengajuan untuk judul skripsi. Pada tahap ini tentunya peneliti sudah terlebih dahulu melakukan wawancara dengan guru mata pelajaran pendidikan jasmani mengenai mata pelajaran yang belum tuntas. Setelah peneliti mendapatkan judul dan model yang tepat maka pada minggu selanjutnya peneliti mengajukan outline penelitian. Setelah judul disetujui semua pihak, maka selanjutnya penulis melakukan pra observasi. Pada tahap pra observasi peneliti melakukan pengamatan, wawancara dan dokumentasi, dengan guru dan siswa mengenai proses pembelajaran dan kendala yang dihadapi siswa dan guru. Setelah pra observasi selesai dan peneliti mendapatkan hasil dari kegiatan tersebut, bulan Juni peneliti menyusun desain untuk diseminarkan.

a. Mempersiapkan Keperluan Administrasi

Mempersiapkan keperluan administrasi yang berkaitan dengan pelaksanaan penelitian seperti mempersiapkan persyaratan untuk memperoleh izin penelitian dan prosedur yang harus ditempuh dalam memperoleh izin penelitian. Prosedur tersebut diantaranya mengajukan surat permohonan kepada lembaga IKIP PGRI Pontianak sebagai dasar

untuk melakukan Penelitian Tindakan Kelas dengan nomor: Nomor Surat izin yang diberikan oleh Ketua IKIP PGRI Pontianak dengan nomor: L.202/2584/DI. IP/TU/2023 tertanggal 10 Juni 2023.

b. Mempersiapkan Instrumen Penelitian

Langkah pertama adalah mengkonsultasikan kepada dosen validator pertama dan validator kedua tentang pedoman observasi, tes hasil belajar dan mempersiapkan siklus-siklus dalam penelitian tindakan kelas. Pedoman observasi dibuat untuk siswa dan guru yang berhubungan dengan peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui modifikasi media pembelajaran pada siswa kelas V MIS NU 3 Kecamatan Pontianak Barat.

3. Jenis data dan Sumber data

a. Jenis Data

Penelitian merupakan bentuk pendekatan ilmiah untuk mengkaji masalah, dengan jenis data berdasarkan fakta dan perhitungan pasti. Tujuan penelitian dilakukan untuk menemukan pemikiran yang kritis dan baru. Adapun data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dan kuantitatif.

1). Data Kualitatif

Data yang dikumpulkan untuk dianalisis dan membuat jenis kesimpulan dalam penelitian bisa berupa kualitatif atau kuantitatif tergantung konteks penelitian yang dilakukan. Sugiyono (2019: 121) “Data kualitatif adalah data naratif atau deskriptif yang menjelaskan tentang kualitas suatu fenomena. Kualitas suatu fenomena tersebut biasanya tidak mudah atau tidak bisa diukur secara numeric” sedangkan Arikunto (2012:65) “Data kualitatif adalah data naratif atau deskriptif yang menjelaskan kualitas suatu fenomena”. Data kualitatif, yaitu data yang disajikan dalam bentuk kataverbal bukan dalam bentuk angka yang termasuk data kualitatif dalam penelitian ini yaitu gambaran umum obyek penelitian, meliputi: hasil wawancara dengan

guru, hasil wawancara dengan siswa, hasil obserasi terhadap guru dan siswa.

2). Data Kuantitatif

Salah satu cara paling umum untuk menganalisis data kuantitatif adalah analisis tematik, di mana tema, pola, dan hubungan yang berulang dalam data diidentifikasi dan diinterpretasikan untuk menghasilkan wawasan. Arikunto (2012: 67) “Data kuantitatif adalah jenis data yang nilainya secara nyata bisa diukur dalam bentuk angka atau hitungan, dengan nilai numerik unik yang terkait dengan setiap teknik pengumpulan data. Sehingga data dalam riser ini juga dikenal sebagai data numerik, tipe data ini mendeskripsikan variabel penelitian yang bersifat numeric”. Sugiyono (2019:128) Data kuantitatif adalah jenis data yang menggambarkan informasi melalui tipe data statistik deskriptif sehingga menjadikannya data yang diekspresikan dengan kelompok dan kategori daripada angka. Tipe data ini relevan untuk sebagian besar penelitian dengan penggunaan terbatas dalam statistik karena ketidak cocokannya dengan kebanyakan metode statistik. Data kuantitatif adalah jenis data yang dapat diukur atau dihitung secara langsung, yang berupa informasi atau penjelasan yang dinyatakan dengan bilangan atau berbentuk angka. Dalam hal inidata kuantitatif yang diperlukan adalah tes hasil belajar siswa

b. Sumber Data

Sumber data yang dimaksud dalam penelitian adalah subyek dari mana data dapat diperoleh. Menurut Darmadi (2014:78) “sumber data adalah tempat data diperoleh dengan menggunakan metode tertentu baik berupa manusia, artefak, ataupun dokumen-dokumen”. Menurut Nawawi. (2012:88) “pencatatan sumber data melalui wawancara atau pengamatan merupakan hasil gabungan dari kegiatan melihat, mendengar, dan bertanya. Pada Penelitian Tindakan Kelas, kegiatan-kegiatan ini dilakukan secara sadar, terarah dan senantiasa bertujuan memperoleh

suatu informasi yang diperlukan”. Dalam penelitian ini penulis menggunakan dua sumber data yaitu :

1). Sumber Data Primer

Untuk metode pengumpulan data harus sesuai dengan penelitian yang sedang dilakukan, apakah menggunakan data primer atau sekunder. Pengertian data primer menurut Sugiyono (2019:90) “adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data”. Arikunto (2012:89) “Data primer adalah sumber data penelitian yang diperoleh secara langsung dari sumber aslinya yang berupa wawancara, jajak pendapat dari individu atau kelompok (orang) maupun hasil observasi dari suatu obyek, kejadian atau hasil pengujian (benda)” Adapun yang menjadi sumber data primer dalam penelitian ini adalah, guru dan siswa kelas V MIS NU 3 Kecamatan Pontianak Barat.

2). Sumber Data Skunder

Sumber data skunder yaitu data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti sebagai penunjang dari sumber pertama. Pengertian data sekunder menurut Darmadi. (2014:77). “adalah sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen” Arikunto (2012: 112) “Data sekunder adalah sumber data penelitian yang diperoleh melalui media perantara atau secara tidak langsung yang berupa buku, catatan, bukti yang telah ada, atau arsip baik yang dipublikasikan maupun yang tidak dipublikasikan secara umum Dapat juga dikatakan data yang tersusun dalam bentuk dokumen-dokumen. Dalam penelitian ini, RPP, Silabus, dokumentasi dan panduan obserasi merupakan sumber data sekunder.

D. Prosedur dan Rancangan Penelitian

1. Prosedur Penelitian

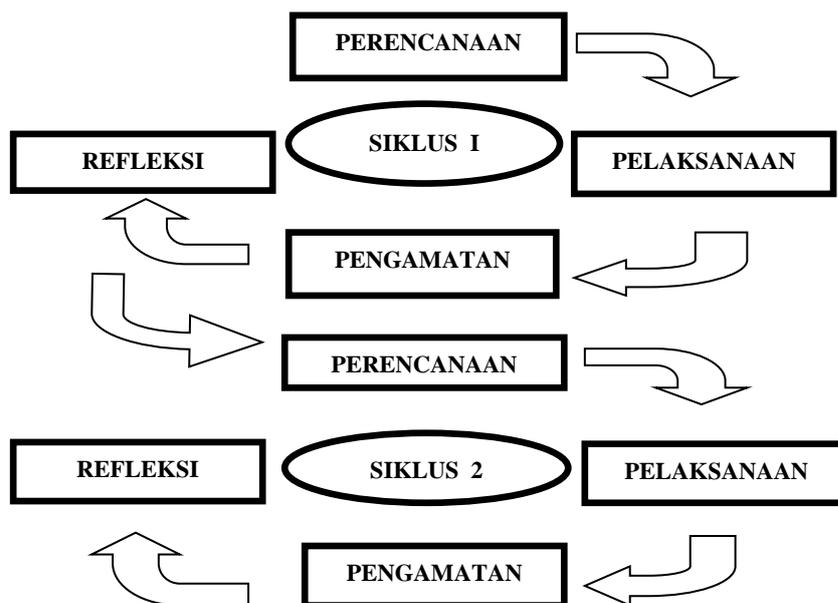
Prosedur pelaksanaan penelitian tindakan kelas secara prosedurnya adalah dilaksanakan secara partisipatif dan kolaboratif (siswa, guru dan peneliti) bekerja sama, mulai dari tahap orientasi dilanjutkan penyusunan rencana tindakan, pelaksanaan tindakan dalam siklus 1, untuk kemudian mempersiapkan rencana modifikasi, koreksi atau pembetulan atau penyempurnaan pada siklus 2. Dalam setiap siklus terdapat 4 tahapan atau langkah yang harus dipenuhi. Keempat langkah tersebut merupakan satu siklus atau putaran, artinya sesudah tahap ke-4 (refleksi), lalu kembali ke-1 (perencanaan) dan seterusnya. Meskipun sifatnya berbeda, langkah ke-2 (Pelaksanaan) dan ke-3 (Pengamatan) dilakukan secara bersanaan jika pelaksana dan pengamat berbeda. Jika pelaksana juga sebagai pengamat, bisa saja pengamatan dilakukan sesudah pelaksanaan, dengan cara mengingat-ingat apa yang sudah terjadi. Dengan kata lain objek pengamatan sudah lampau terjadi.

Berdasarkan penjelasan diatas, Karena penelitian yang dilakukan ini peneliti juga bertindak sebagai pengamat, maka pengamatan dilakukan sesudah terjadinya pelaksanaan. Dalam penelitian ini dibatasi sampai 2 siklus, tetapi jika pada siklus I sudah terdapat peningkatan cukup berhenti di siklus I, begitu juga sebaliknya jika tidak terdapat peningkatan pada siklus I akan dilanjutkan ke siklus II. Tujuan prosedur yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui keterampilan lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan permainan. Adapun setiap tindakan upaya untuk pencapaian tujuan tersebut dirancang dalam satu unit sebagai satu siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahap, yaitu: perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi dan interpretasi, analisis dan refleksi untuk perencanaan siklus selanjutnya. Penelitian tindakan kelas merupakan ragam penelitian pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru, memperbaiki mutu dan hasil pembelajaran.

2. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian bisa diartikan suatu proses analisis dan pengumpulan data penelitian. Sanjaya (2014: 64) “ Rancangan dalam

penelitian tindakan kelas merupakan keputusan yang diambil oleh peneliti untuk menentukan masalah penelitian dan tindakan yang diambil untuk memecahkan masalah”. Adapun rancangan penelitian tindakan kelas menurut Agus Kristiyanto, sebagai berikut:



Gambar 3.1.Siklus Penelitian Tindakan Kelas
Sumber: Kristiyanto, (2013: 19)

Penelitian Tindakan Kelas adalah suatu metode yang bertujuan melakukan tindakan kearah perbaikan, peningkatan dan juga bertujuan melakukan suatu perubahan kearah yang lebih baik dari sebelumnya sebagai upaya pemecahan masalah pembelajaran yang sedang dihadapi kelas. Adapun Prosedur penelitian yang penulis lakukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Rancangan siklus 1

1) Tahap Perencanaan (*Planning*)

Pada tahap ini peneliti dan guru berkolaborasi untuk menyusun perencanaan penelitian tindakan kelas yang terdiri :

- a) Tim peneliti melakukan analisis kurikulum untuk mengetahui Kompetensi Dasar (KD) yang akan disampaikan kepada siswa dalam pembelajaran penjasorkes.
 - b) Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan mengacu pada tindakan (*treatment*) yang di terapkan dalam PTK, yaitu pembelajaran lompat jauh yaitu melompati kardus
 - c) Menyusun instrument yang digunakan dalam siklus PTK, penilaian lompat jauh dengan melompati kardus.
 - d) Menyiapkan media visual yang diperlukan untuk membantu pengajaran.
 - e) Menyusun Alat evaluasi pembelajaran
- 2) Tahap Pelaksanaan(*Action*)
- Pada tahap ini guru yang melakukan pelaksanaan, kegiatan yang dilakukan adalah melaksanakan proses pembelajaran di dalam ruangan kelas dengan langkah-langkah kegiatan antara lain :
- a) Berdoa sebelum memulai aktifitas pembelajaran.
 - b) Menjelaskan materi atau bahan yang akan diajarkan siswa
 - c) Menjelaskan materi tentang teknik lompat jauh gaya jongkok dengan modifikasi media pembelajaran permainan lompat kardus.
 - d) Melakukan latihan teknik dasar lompat jauh pada permainan lompat kardus
 - e) Cara melakukan awalan pada permainan lompat kardus
 - f) Cara melakukan rangkaian gerakan *lompat kardus* melalui penerapan media visual
 - g) Sikap yang benar saat melakukan gerakan teknik *lompat kardus*
 - h) Menarik kesimpulan.
 - i) Penilaian dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung.
 - j) Melakukan pendinginan.
- 3) Tahap Observasi (*Observation*)

Tahap pengamatan atau observasi dalam setiap siklus pelaksanaanya adalah bersamaan dengan tindakan yang dilakukan

guru dan siswa dalam kegiatan pembelajaran. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini diantaranya adalah :

- a) Hasil keterampilan lompat jauh gaya jongkok kedalam permainan *lompat kardus*.
 - b) Kemampuan melakukan rangkaian teknik *lompat kardus* dalam materi pembelajaran lompat jauh.
 - c) Melakukan pengamatan atas aktifitas siswa selama pembelajaran berlangsung.
- 4) Tahap Evaluasi (*Refleksi*)

Refleksi merupakan uraian tentang prosedur analisis terhadap hasil penelitian dan refleksi berkaitan dengan proses dan dampak perbaikan yang di laksanakan serta kriteria dan rencana bagi siklus tindakan berikutnya.

b. Rancangan Siklus II

Pada siklus 2 perencanaan tindakan dikaitkan dengan hasil yang telah dicapai pada tindakan siklus 1 sebagai upaya perbaikan dari siklus tersebut dengan materi pembelajaran sesuai dengan silabus mata pelajaran pendidikan jasmani. Demikian juga termasuk perwujudan tahap pelaksanaan, observasi dan interpretasi serta analisis dan refleksi yang juga mengacu pada siklus sebelumnya.

E. Teknik dan Alat Pengumpul Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian merupakan faktor penting karena berhubungan langsung dengan data yang digunakan dalam penelitian. Selain itu juga peneliti juga berperan sebagai perencanaan dan pelaksanaan tindakan yang terlibat langsung dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas. Pengumpulan data, dan pada akhirnya menjadi pelopor hasil penelitian. Untuk data penelitian tindakan kelas (PTK) ini dikumpulkan dan disusun melalui teknik pengumpulan data meliputi pengukuran dan observasi langsung

- a. Observasi langsung

Observasi langsung adalah sebuah proses pengamatan atau pemantauan akan suatu objek atau masalah yang dari situ akan diambil laporan dan kesimpulan. Krisyanto (2013:74) Observasi merupakan sebuah proses pengamatan kejadian pada saat pelaksanaan tindakan. Mahmud (2011:168) menyatakan bahwa observasi merupakan teknik pengamatan dan pencatatan sistematis dari fenomena-fenomena yang diselidiki. Berdasarkan uraian diatas maka yang dimaksud observasi adalah sebuah proses pengamatan kejadian dan pencatatan fenomena-fenomena pada saat pelaksanaan tindakan.

b. Pengukuran

Teknik pengukuran adalah cara mengumpulkan data yang bersifat kuantitatif untuk mengetahui tingkat atau derajat aspek tertentu dibandingkan dengan norma tingkat tertentu pula. Sebagai ukuran yang relevan. Misalnya berat dengan gram, ons, kilogram. Panjang dengan mm, cm, m, hm, km, dan lain-lain. Menurut Hadari Nawawi (2012:101).

2. Alat pengumpul data

Alat pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Instrumen sebagai alat bantu dalam menggunakan method pengumpulan data merupakan sarana yang dapat diwujudkan dalam benda, misalnya angket,perangkat tes, pedoman wawancara, pedoman observasi, skala dan sebagainya. Arikunto (2010: 43). Lebih lanjut menurut Mahmud (2011: 23) Alat Pengumpul data merupakan sesuatu yang amat penting dan strategi kedudukannya didalam keseluruhan kegiatan penelitian. Dengan instrument akan diperoleh data yang merupakan bahan penting untuk menjawab permasalahan, mencari sesuatu yang akan digunakan untuk mencapai tujuan, dan untuk membuktikan hipotesis. Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka mencapai tujuan penelitian.

Adapun alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini ada 2 macam yaitu:

a. lembar observasi

Tabel 3.2
Kisi-kisi Tes Keterampilan Lompat Jauh Gaya Jongkok
menggunakan Kardus

Indikator	Deskriptor	Penilaian			Keterangan
		1	2	3	
1. Awalan	a. Pandangan lurus kedepan papan tolak				
	b. Tangan mengayun pada saat lari				
	c. Badan agak condong kedepan				
2. Tolakan	a. Kedua lengan diayunkan ke depan atas				
	b. Saat kaki melakukan tolakan posisi badan lebih ditegakkan				
	c. Tolakan kaki pada papan tumpuan dimulai dari tumit, telapak kaki, diteruskan pada ujung telapak kaki				
3. Melayang	a. Lengan diayunkan ke depan atas				
	b. Badan condong ke depan dan badan rileks (tidak kaku)				
	c. Kaki diluruskan selurus-lurusnya				
4. Mendarat	a. Tangan dijulurkan kedepan badan dan menyentuh tempat pendaratan				
	b. Berat badan harus dibawa ke depan dengan cara membungkukkan badan				
	c. Kedua kaki agak rapat, lutut tertekuk dan mengeper dalam posisi jongkok.				
Skor Max		36			

Keterangan :

Nilai 1 apabila gerakan yang dilakukan kurang sempurna

Nilai 2 apabila gerakan yang dilakukan cukup sempurna

Nilai 3 apabila gerakan yang dilakukan sangat sempurna

b. Penilaian Proses Gerak

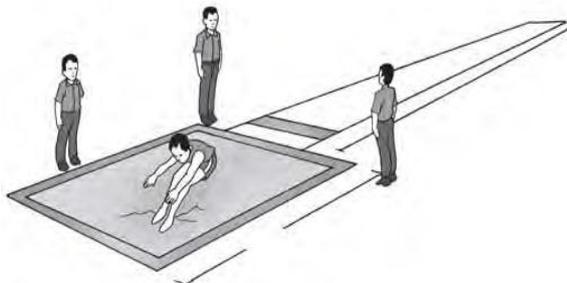
Petunjuk Pelaksanaan tes lompat jauh gaya jongkok kemampuan adalah sebagai berikut

- 1) Tes yang digunakan adalah lompat jauh gaya jongkok.
- 2) Penjelasan tentang petunjuk pelaksanaan dari masing-masing item tes lompat jauh gaya jongkok.
- 3) Tiap sampel melakukan percobaan secara bergilir berdasarkan nomor urut presensi.

Pelaksanaan tes, meliputi:

- 1) Jumlah pengetes sebanyak 3 personil. Masing-masing pengetes bertindak sebagai pemberi aba-aba, pengamat, dan pencatat skor, dalam setiap pelaksanaan tes.
- 2) Masing-masing sampel melaksanakan tes sebanyak tiga kali, dengan diambil skor terbaik, langsung dari masing-masing tes.

Alat yang digunakan dalam pengambilan skor pada pelaksanaan tes ini adalah peluit, *roll meter*, bak lompatan lengkap dengan balok tumpuan dan lintasan lari, serta alat tulis.



Gambar 3.1
Pengukuran Lompat Jauh
(Budiarjo 2016: 15)

Penilaian :

- a) Dari ketiga lompatan yang dilakukan hasilnya semua dicatat dalam satuan meter.
- b) Prestasi yang dicapai adalah lompatan yang terjauh

F. Teknik Analisis Data

Analisis data ini dilakukan secara deskriptif kuantitatif berdasarkan hasil observasi terhadap aktifitas, dan hasil belajar. Kegiatan analisis data mempergunakan pedoman sebagai berikut :

1. Untuk mencari ketuntasan individu (Sugiyono, 2019: 102) sebagai berikut :

$$S = \frac{R}{N} \times 100$$

Keterangan : S : Nilai yang diharapkan (dicari)
R : jumlah skor mentah yang diperoleh siswa
N : Skor maksimal ideal dari tes tersebut

100 : Bilangan tetap

2. Untuk ketuntasan belajar (klasikal)

Ada dua kategori ketuntasan belajar yaitu secara perorangan dan secara klasikal. Berdasarkan petunjuk pelaksanaan belajar mengajar kurikulum 2013 (depdikbud, 2013) yaitu siswa telah tuntas belajar bila dikelas mendapat 85% yang telah mencapai daya serap dari sama dengan. Untuk menghitung ketuntasan belajar digunakan rumus :

$$P = \frac{\sum \text{siswa yang tuntas belajar}}{\sum \text{siswa}} \times 100\%$$

Untuk mengetahui perubahan hasil aktifitas, jenis data yang bersifat kuantitatif yang diperoleh dari hasil peraktek, ditandai dengan indikator hasil peraktek siswa, (implementasi) menjadi lebih baik dari hasil tes sebelumnya (pre implementasi). Kemudian dianalisis dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$KB = \frac{\text{Post rate} - \text{Base rate}}{\text{Base Rate}} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Prosentase

Post Rate : Nilai sesudah diberikan tindakan

Base rate : Nilai sebelum tindakan (Sumber : Sugiyono, 2019: 51)

Tabel 3.3
Rentang Tolak Ukur Persentase

Tingkat penguasaan	Nilai Huruf	Total	Predikat
86-100 %	A	4	Sangat Baik
76-85 %	B	3	Baik
60-75 %	C	2	Cukup
55-59 %	D	1	Kurang
< 54 %	E	0	Kurang Sekali

Hasil keberhasilan siswa disesuaikan dengan hasil Kreteria Ketuntasan Kelulusan dengan Keteria Ketuntasan Minimum 70

G. Indikator Keberhasilan

Pada bagian ini tolok ukur keberhasilan tindakan perbaikan ditetapkan secara eksplisit sehingga memudahkan verifikasinya untuk tindak perbaikan melalui PTK yang bertujuan untuk memperbaiki proses pembelajaran. Indikator keberhasilan atau kinerja adalah suatu kriteria yang digunakan untuk melihat tingkat keberhasilan dari kegiatan PTK dalam meningkatkan atau memperbaiki mutu proses pembelajaran dikelas. Indikator keberhasilan/kinerja harus realistis dan dapat diukur. Contoh indikator kinerja:

1. Hasil belajar: 70% siswa telah mencapai kriteria ketuntasan minimal. Akan lebih baik apabila indikator keberhasilan/kinerja mengacu kepada pencapaian kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) mata pelajaran.
2. Proses belajar: 70% siswa aktif dalam pembelajaran.

Proses belajar: 70% Proses Pembelajaran yang dilakukan guru sesuai dengan perencanaan.