

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian Tindakan

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan (*action research*). Penelitian tindakan merupakan bentuk investigasi yang bersifat refleksi partisipasi, kolaboratif dan spiral yang memiliki tujuan untuk melakukan perbaikan system, metode, kerja, proses, isi, kompetensi, dan situasi (Supardi, 2006: 104)

Action research (AR) adalah salah satu jenis riset sosial terapan yang pada hakikatnya merupakan suatu eksperimen sosial. Penelitian tindakan juga merupakan suatu inovasi untuk menghasilkan perubahan dalam prosedur kebijakan dengan dimonitor melalui metode riset sosial (Payne, 2004: 4-6). Arikunto S. (2006:118) mengatakan penelitian adalah suatu upaya untuk menentukan, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu pengetahuan. Pendapat Davison, Martinsons & Kock (2004: 65-86), menyebutkan penelitian tindakan, sebagai sebuah metode penelitian, didirikan atas asumsi bahwa teori dan praktik dapat secara tertutup diintegrasikan dengan pembelajaran dari hasil intervensi yang direncanakan setelah diagnosis yang rinci terhadap konteks masalahnya.

Kemmis dan McTaggart menjelaskan bahwa riset tindakan sebagai bentuk refleksi dari yang dilakukan oleh para partisipan dalam situasi sosial, atau praktik

pendidikan. Guru, kepala sekolah, orang tua, siswa, dan anggota masyarakat adalah sebagai partisipan (Suparno, 2008: 6).

Menurut Tompal, riset tindakan berbeda dengan riset kualitatif dan kuantitatif tetapi mempunyai sifat dari keduanya. Riset tindakan lebih menekankan proses pemecahan persoalan dan kemajuan maka bisa menggunakan pendekatan kualitatif maupun kuantitatif tapi tidak terlalu ketat, tidak harus menggunakan analisis statistic yang ketat seperti riset kuantitatif, juga tidak menggunakan cerita panjang seperti riset kualitatif (Tompal, 2003: 4-5).

Penelitian tindakan merupakan bentuk penyelidikan yang bersifat memperbaiki suatu kondisi dengan turut berpartisipasi di dalamnya, dengan bekerjasama memanfaatkan berbagai informasi yang terkumpul sebagai bahan untuk merefleksi dan tindakan tersebut dilakukan berulang- ulang kemudian dalam setiap pengulangan terjadi perbaikan- perbaikan.

Proses dan temuan hasil penelitian tindakan didokumentasikan secara rinci dan cermat. Proses dan temuan dilakukan melalui observasi, evaluasi, refleksi, sistematis dan mendalam. Penelitian yang dipilih merupakan suatu inkuriri reflektif (*self-reflective-inquiry*) yang berkelanjutan. Penelitian secara terus menerus berkelanjutan untuk mendapatkan pengetahuan, penjelasan dan justifikasi tentang kemajuan, peningkatan, kemunduran, kekurangefektifan dari pelaksanaan sebuah tindakan. Disamping memperoleh pengetahuan, penelitian tindakan juga bertujuan untuk mengembangkan diri dan pemahaman mendalam

mengenai pelaksanaan pembelajaran dan kemudian mencoba memperbaikinya dan berlanjut pada upaya memahami dampaknya.

Penelitian tindakan adalah suatu penelitian yang dikembangkan bersama-sama antara peneliti dan decision maker tentang variable- variable yang dapat dimanipulasi dan segera digunakan untuk menentukan kebijakan dan pengembangan.

Tujuan utama penelitian tindakan adalah untuk meningkatkan praktik secara langsung di dalam suatu tindakan adalah untuk meningkatkan praktik secara langsung di dalam satu atau beberapa kelas atau sekolah (McMilan, 2004, dalam Mertler: 22).

2. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan model penelitian tindakan dari kemmis dan Taggrat yaitu berbentuk spiral dari siklus satu ke siklus yang lainnya. Desain penelitian ini menjadi empat tahapan yaitu:

1. Tahap melihat apa yang ada di lapangan
2. Tahap merumuskan apa yang ada di lapangan
3. Tahap merumuskan penerapan atau solusi yang tepat
4. Tahap pemberian tindakan

Sesuai dengan teori Kemmis dan Taggart, alur penelitian ini adalah:

1. Rancangan, sebelum mengadakan penelitian peneliti membuat analisa kebutuhan untuk dapat menyusun rancangan penelitian yang tepat guna bagi subjek dan lingkungan. Penelitian ini dirancang untuk melaksanakan sampai

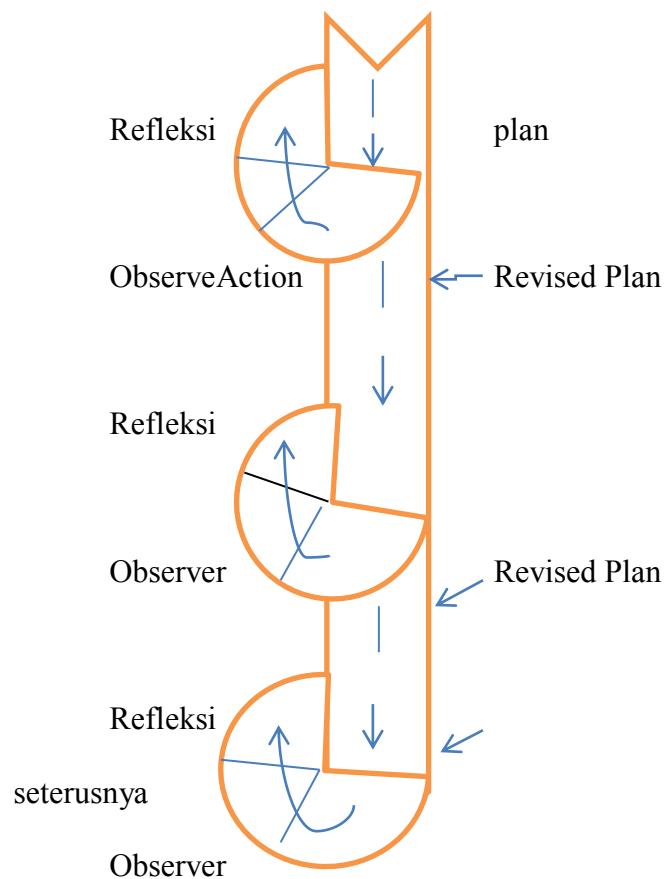
perubahan yang diharapkan. Dengan rincian siklus 1 anak tunalaras melakukan gerakan yoga dengan yang terdiri dari 8 gerakan, dengan masing-masing gerakan berdurasi 5 menit dipagi hari pada saat jam istirahat, siklus 2 anak tuna laras melakukan gerakan yoga dengan diiringi music pada jam istirahat dan siklus 3 sama dengan siklus ke 1 dan 2 melakukan gerakan yoga yang diiringi music klasik diwaktu yang masa yaitu jam istirahat, dengan tujuan perubahan prilaku menjadi seperti yang diharapkan oleh peneliti.

2. Kegiatan dan pengamatan, meliputi tindakan yang akan dilakukan oleh peneliti untuk perubahan prilaku anak tunalaras dengan melakukan gerakan yoga yang dipandu dengan diiringi music. Dalam hal ini juga termasuk pelaksaan yang berisi tentang apa yang terdapat dalam seluruh siklus penelitian.
3. Evaluasi, usaha untuk mengukur dan sumber nilai secara objektif dari pencapaian hasil-hasil yang direncanakan menjadi sebelumnya, dimana hasil evaluasi tersebut dimaksudkan menjadi umpan balik untuk perencanaan yang akan dilakukan kedepannya.
4. Refleksi, peneliti dan lingkungan menganalisis hasil dari tindakan yang telah dilakukan berdasarkan catatan dilapangan, membahas mengenai apa saja yang telah dicapai dan yang perlu ditingkatkan untuk mengetahui secara detail dan memperjelas keberhasilan dan hal yang perlu ditingkatkan. Kegiatan ini melibatkan dengan lingkungan (guru kelas, guru lain dan orang tua) sebagai

pengamat sesudah dilakukan tindakan. Hasil dari kegiatan ini akan menjadi acuan bagi pelaksanaan siklus selanjutnya.

5. Racangan yang direvisi, berdasarkan hasil evaluasi dan refleksi membuat rancangan baru yang telah direvisi dan diterapkan pada siklus selanjutnya.

Skema Rencana Penelitian



Gambar: 1.2. Skema Rencana Penelitian

B. Waktu Penelitian

Waktu penelitian adalah waktu berlangsungnya penelitian ini yaitu dilaksanakan pada mulai tanggal 18 bulan oktober sampai tanggal 4 bulan

november 2017. Penelitian ini menggunakan beberapa siklus dengan masing-masing siklus memiliki 4 hari pertemuan.

C. Deskripsi Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan disekolah SLB E Prayuwana, sekolah ini adalah sekolah yang peserta didiknya memiliki kekurangan pada pengendalian dirinya (Tunalaras). Sekolah dengan perilaku peserta didiknya susah menyesuaikan dengan lingkungannya yang terletak dikota Jogjakarta.

D. Subjek dan Karakteristiknya

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti sebelum melakukan penelitian melihat dan menyimpulkan bahwa karakteristik dari subyek yaitu memiliki karakteristik anak yang memiliki keterbatasan dalam mengendalikan emosinya, perilaku negatif yang selalu melekat pada anak-anak ini sehingga disebut tunalaras yang tidak mampu menyesuaikan dengan lingkungan sekitar dan tidak bisa menanggapi setiap perilaku dengan tindakan positif seperti anak-anak pada umumnya. Seperti beberapa karakteristik perilaku dibawah ini:

1. Cenderung membangkang
2. Mudah terangsang emosinya/ emosional/ mudah marah
3. Sering melakukan tindakan agresif, merusak, mengganggu
4. Sering bertindak melanggar norma sosial/ norma susila/ hukum.

Semua perilaku itu adalah yang anak tunjukan ketika sedang disekolah, dirumah, dan bahkan ketika sedang bermain dengan teman sebaya, yang membuat tidak nyaman orang-orang disekitarnya.

E. Skenario Tindakan

Penelitian tindakan ini dari awal perencanaan memiliki tujuan memberikan perubahan pada perilaku anak, dilakukan beberapa kali tindakan yang berakhir pada perubahan perilaku dengan dibuat 4 tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Adapun langkah-langkah dari setiap siklus antara lain :

SIKLUS 1

1. Tahap Perencanaan

Pada tahap perencanaan persiapan kegiatan sebagai berikut:

- a. Menyiapkan tempat sebagai pengkondisian siswa tunalaras untuk melakukan yoga.
- b. Menentukan kelas anak tunalaras yang akan diberikan perlakuan
- c. Menentukan gerakan yoga yang akan dilakukan oleh anak tunalaras sebagai bentuk terapi untuk membuat perubahan perilaku.
- d. Menyiapkan lembar observasi untuk pengamat penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan

Pemberian terapi pada pelaksanaan I ini dilaksanakan 4x dalam seminggu dalam waktu 40 menit setiap melakukan terapi tersebut, dan pengamatan dilakukan setiap hari setelah terapi dilakukan pada anak tunalaras. Siklus I dilakukan setiap 1 x (40 menit).

- a. Peneliti menyiapkan tempat dan mengkondisikan anak tunalaras untuk memasuki ruangan yang sudah ditentukan oleh peneliti.

- b. Peneliti mengatur posisi untuk melakukan yoga, pada pelaksanaan I ini paling depan kelas 2 ‘‘K’’, kanan kiri agak kebelakang kelas 3 ‘‘H’’ dan kelas 5 ‘‘I’’ menghadap kearah peneliti yang berada didepan anak kelas 2 ‘‘K’’.

3. Tahap Evaluasi

Pada tahab pelaksanaan I ini peneliti sedang melakukan pendekatan pada anak tunalaras dengan karakteristik yang berbeda walaupun dengan ketunaan yang sama. Ada beberapa kendala yang dihadapi karena yoga merupakan aktivitas yang baru, sehingga harus menyesuaikan gerakan yoga walaupun anak sudah terbiasa melakukan gerakan fisik seperti menari yang menjadi aktivitas yang bertujuan melakukan pelepasan energi berlebih anak masih juga mengalami kesulitan. Ditambah lagi anak tidak bisa berkonsentrasi karena gangguan dari temannya.

4. Refleksi

Pelaksanaan I ini banyak tidak berhasilnya, pada pertemuan pertama dan kedua anak terlihat kurang menikmati setiap gerakan yang dilakukanya, dikarenakan anak masih bingung dan belum hafal dengan gerakan yoga yang baru dilakukannya. Konsentrasi yang tidak bisa dijaga dan anak mudah sekali terpengaruh oleh teman yang ada disamping dan suara yang dibaut-buat oleh temanya untuk mengganggu dan membuat emosi temanya. Dengan demikian peneliti membuat perencanaan untuk perubahan posisi, untuk meminimalisir anak yang berada dibelakang mengganggu dan membuat konsentrasi disiklus

sebelumnya menjadi terganggu. Hasil dari siklus I ini masih terkendalanya pada konsentrasi anak yang masih kurang, sehingga aka nada siklus lanjutan yaitu pada siklus II.

SIKLUS II

1.Tahap Perencanaan

Pada tahap perencanaan persiapan kegiatan sebagai berikut:

- a. Menyiapkan tempat sebagai pengkondisian siswa tunalaras untuk melakukan yoga seperti siklus sebelumnya.
- b. Merancang posisi duduk yang berubah dari siklus I dan menambah suara musik pada setiap gerakan dengan dibantu peneliti, dengan menambah tempo musik yang kencang di harapkan mampu memberi efek efek konsentrasi pada anak saat melakukan gerak yoga dan juga psetelah melakukan gerakan yoga.
- c. Menyiapkan lembar observasi untuk pengamat penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan

Pemberian perlakuan pada pelaksanaan II ini dilaksanakan 4x dalam seminggu dalam waktu 40 menit setiap melakukan perlakuan tersebut, dan pengamatan dilakukan setiap hari (kecuali senin) setelah perlakuan dilakukan pada anak tunalaras. Siklus II di lakukan setiap hari 1 x (40 menit).

- a. Peneliti menyiapkan tempat dan mengkondisikan anak tunalaras untuk memasuki ruangan yang sudah di tentukan oleh peneliti (sama seperti pelaksanaan I).

b. Peneliti mengatur posisi untuk melakukan yoga, pada pelaksanaan II ini paling depan kelas 3 ‘‘H’’, kanan kiri agak kebelakang kelas 5 ‘‘I’’ dan 2 ‘‘K’’ serta ‘‘R’’ kelas 2 menghadap kearah tembok dimana semua saling membelakangi.

3. Tahab Evaluasi

Pada tahab pelaksanaan II ini anak sudah mulai hafal gerakanya bahkan ‘‘I’’ dan ‘‘K’’ sudah menikmati yoga yang di lakukan terbukti bahkan setiap belum tiba kelas yoga anak anak menunggu dan berharap kelas yoga segera di mulai, ‘‘K’’ sendiri mengatakan kepada peneliti kalau dia merasa lelah setelah melakukan yoga namun badannya merasa releks sehingga ingin tertidur setelah melakukan yoga yang diberikan oleh peneliti. Pada penelitian pelaksanaan II ini berhasil terlihat dari ketiga anak hanya satu anak yang masih memiliki kecenderungan belum bisa menikmati yoga dan belum bisa merasakan apa manfaat dari yang sedang mereka lakukan. Dengan satu anak yang berada didepan dan yang masih suka membuat suasana saat pelaksanaan terapi menjadi gaduh dan menciptakan suara untuk mengganggu temannya yang sudah terbiasa dengan terapi yoga.

4 Refleksi

Pada pelaksanaan kedua ini berhasil, karena dari ketiga anak hanya satu anak yang masih memiliki kecenderungan belum bisa menikmati yoga dan belum bisa merasakan apa manfaat dari yang sedang mereka lakukan. Dengan

menggunakan musik sebagai iringan mengurangi suara gangguan pada anak yang berada didepan, walaupun masih terdengar namaun sudah tidak sepenuhnya menjadi kendala.

Dengan beberapa kali terapi yoga berhasil disiklus II, masih harus dibuat siklus lanjutan untuk anak yang masih membuat gaduh yaitu dengan menambah volum suara musik sehingga tidak memberikan kesempatan suaranya terdengar, karena ketika yang lain melakukan yoga sampai bahkan ada yang tertidur di akhir dia masih susah seperti yang lainnya. Dengan demikian diharapkan bisa membuat efek baik pada prilaku anak.

SIKLUS III

1. Tahap Perencanaan

Pada tahap perencanaan persiapan kegiatan sebagai berikut:

- a. Melakukan analisis terhadap hasil siklus II dan menyiapkan tempat sebagai pengkondisian siswa tunalaras untuk melakukan yoga.
- b. Menyiapkan gerakan yoga yang akan dilakukan oleh anak tunalaras dan menyiapkan music yoga yang akan dijadikan iringan pada saat melakukan terapi yoga, dengan mencari tempat yang lebih kondusif saat melakukan gerakan yoga agar anak menjadi tenang dan konsentrasi serta tempo pada musik yang dikeraskan agar anak konsentrasi.
- e. Menyiapkan lembar observasi untuk pengamat penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan

Pemberian terapi pada pelaksanaan III dilaksanakan 4x dalam seminggu dalam waktu 40 menit setiap terapi tersebut, dan pengamatan dilakukan setiap hari setelah terapi dilakukan pada anak tunalaras. Siklus III dilakukan setiap 1 x (40 menit).

Peneliti menyiapkan tempat dan mengkondisikan anak tunalaras untuk memasuki ruangan yang sudah ditentukan oleh peneliti.

- a. Peneliti mengatur posisi untuk melakukan yoga, pada pelaksanaan III paling depan kelas 3 ‘‘H’’, kanan kiri agak kebelakang kelas 2 ‘‘K’’ dan 5 ‘‘I’’ menghadap kearah peneliti yang berada didepan anak kelas 2 ‘‘H’’.
- b. Pada saat pelaksanaan III anak berkumpul jadi satu diruangan, anak tunalaras melakukan terapi didalam satu ruangan seperti biasanya dengan meraka sudah hafal gerakan yoga yang akan dilakukan, dari si anak ‘‘H’’ yang melihat temannya sudah bisa melakukan yoga dan dia juga sedikit hafal karena diterapi sebelumnya dia hanya mengganggu temannya dan sangat susah berkonsentrasi untuk melakukan yoga.

3. Tahab Evaluasi

Pada tahab pelaksanaan III peneliti melihat sangat banyak perubahan pada anak- anak tunalaras ini, kendala diawal yang bisa dilalui seiring waktu yang ada selama penelitian. Mereka melakukuan aktivitas fisik sebagai pelepasan dari kelebihan emosi dengan aktivitas yoga cenderung begitu nampak bisa dirasakan

manfaatnya. Walaupun masih ada saja kejahilan yang mereka tunjukan namun itu jauh menurun dari sebelumnya, mampu mengendalikan amarah, mengontrol emosi, dan mempu menggunakan bahasa komunikasi dengan lebih baik.

4. Refleksi

Pelaksanaan III berhasil, apalagi pada pertemuan pertama dan kedua anak terlihat kurang menikmati bahkan tidak konsentrasi setiap gerakan yang dilakukanya, namun pada saat melakukan terapi bisa diarahkan dan termotivasi untuk seperti temannya. Konsentrasi yang bisa dijaga, Setelah pertemuan yang ke p11 dan ke 12 anak mulai rileks dan bisa mengikuti setiap gerakan yoga

F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penenlitian ini adalah dengan menggunakan beberapa cara, yaitu:

1. Observasi (angket)

Observasi merupakan teknik pengumpulan data dengan mengamati setiap kejadian yang berlangsung dan mencatatnya dengan alat observasi tentang hal-hal yang akandiamati (Sanjaya: 2011:86). Observasi dilakukan pada saat proses pembelajaran dikelas, yang bertujuan untuk memperoleh data yang berkaitan dengan karakter anak tunalaras berdasarkan pedoman pada kisi-kisi observasi.

Kisi-kisi Angket Perilaku Anak Tunalaras

NO	PRILAKU PENYIMPANGAN	PERILAKU YANG DITUNJUKAN
1	KECEMASAN	1. Anak Tampak Waspada Berlebihan 2. Anak tampak sulit istirahat / tidur saat malam 3. Prilaku tertentu yang berulang 4. Anak Sering Mimpi Buruk karna ketakutan 5. Anak Mudah Terkejut 6. Anak Mudah Panik 7. Anak Mudah Merasa Kagum
2	DEPRESI	8. Anak Pendiam 9. Anak Mudah sedih karena masalahnya 10. Expresi Datar 11. Anak Mudah Menangis 12. Anak Mudah Kelelahan 13. Cara anak memandang dirinya sendiri rendah 14. Anak suka mengeluhkan fisiknya 15. Mudah terganggu (expresi menangis, marah dll) 16. Anak mengancam melukai diri (dengan ucapan) 17. Menyakiti diri / melukai
3	MASALAH KOMUNIKASI	18. Anak berbicara dengan nada tinggi (berteriak) 19. Anak tidak produktif berbicara

		<p>20. Susah di pahami kata- katanya / ucapanya.</p> <p>21. Anak tidak mampu bebas berbicara</p> <p>22. Penggunaan bahasa yang tidak tertata</p> <p>23. Mengulang ucapan orang lain</p>
4	AKTIVITAS PSIKOMOTOR	<p>24. Pusing yang berakibat susah berdiri</p> <p>25. Prilakunya berlebihan lebihan</p> <p>26. Ketekunan</p> <p>27. Gerakan tiba- tiba “ ties”</p> <p>28. Gerakan motorik yang lamban / mundur</p> <p>29. Postur tubuh tampak canggung</p>
5	GANGGUAN PERHATIAN/ HIPERAKTIF	<p>30. Susah berkonsentrasi pada tugas yang di beri</p> <p>31. Kesulitan mengikuti petunjuk / arahan</p> <p>32. Mudah terganggu oleh rangsangan external</p> <p>33. Terganggu oleh rangsangan internal</p> <p>34. Anak mudah merasa resah / gelisah</p> <p>35. Anak sangat aktiv dan susah diam.</p>
6	GANGGUAN PRILAKU/ PRILAKU MENGGANGGU	<p>36. Anak mudah mengumpat</p> <p>37. Anak berargumentasi / membantah</p> <p>38. Anak mudah frustasi / meluapkan kemarahan</p> <p>39. Tidak patuh akan suatu perintah</p> <p>40. Tidak menerima tanggung jawab</p> <p>41. Kasar dengan apa yang di sekitarnya</p> <p>42. Anak suka memanipulasi</p>

		43. Berbohong 44. Mengancam secara verbal / agresif verbal 45. Mengintimidasi 46. Anak agresif terhadap benda di sekitarnya 47. Agresif terhadap orang lain 48. Permintaan harus segera di penuhi. 49. Menantang secara pasif
7	GANGGUAN SOSIAL	50. Menyentuh orang lain saat dimana mereka tidak mau 51. Mengganggu orang lain 52. Kurang mampu menjaga jarak sosial yang sesuai 53. berperilaku mencari perhatian 54. Menginterupsi atau mengganggu 55. Tidak mau antri untuk sebuah giliran 56. Kesulitan memahami / memaknai isyarat sosial 57. kelainan seksual di arahkan diri sendiri 58. Kelainan seksual yang di arahkan pada orang lain 59. Kesulitan menjaga kebersihan diri 60. Ngompol 61. Memiliki masalah dengan pencernaan

2. Skala bertingkat

Rating atau skala bertingkat adalah suatu ukuran subjektif yang dibuat berskala. Walaupun bertingkat namun cukup memberikan informasi tertentu pada program atau orang. Instrumen ini dapat dengan mudah memberikan gambaran penampilan, terutama penampilan di dalam orang menjalankan tugas, yang menunjukkan frekuensi munculnya sifat-sifat.

3. Dokumentasi

Sugiyono (2008: 240) mengemukakan bahwa dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumentasi merupakan suatu teknik pengumpulan data dengan menghimpun dan menganalisis dokumen-dokumen baik dokumen tertulis, gambar, maupun elektronik. Dengan menggunakan dokumentasi nilai kkm yang didapat diraport anak, dengan membandingkan setelah anak di berikan perlakuan yoga pada anak tunalaras dengan pada saat belum diberikan perlakuan bisa dilihat dari hasil dokumentasi yang ada.

G. Kriteria Keberhasilan Tindakan

Dari penelitian yang dilakukan dikatakan sebuah penelitian ini berhasil dengan penunjukan perubahan perilaku yang menurun dari pengamatan setiap tindakan yang ditunjukan pada setiap setelah dilakukannya tindakan berupa bagan grafik dan juga batang pada hasil penelitian yang akan disajikan pada pembahasan dan hasil dibab selanjutnya.

H. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisa kualitatif dan kuantitatif dimana penelitian ini menganalisis hasil tindakan ke anak tunalaras dengan bentuk grafik yang dihasilkan dari penjumlahan nilai setiap pengisian angket prilaku yang ditunjukan oleh anak (kuantitatif), sedangkan analisa kualitatif digunakan untuk menerjemahkan hasil dari grafik.