

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen dalam penelitian ini. Desain penelitian ini menggunakan *One Group Pretest-Posttest* termasuk dalam penelitian *Pre-Experimental Design*, yang didefinisikan Sugiyono sebagai, "desain yang meliputi hanya satu kelompok atau kelas yang diberikan pada pra atau pasca uji" (2014, hlm. 109). Dan menggunakan metode analisis data regresi linear sederhana menggunakan *SPSS 26*.

Peneliti menggunakan sampel acak sederhana, atau undian, untuk mendapatkan data sampel untuk penelitian ini. Peneliti menggunakan instrumen tes praktik keterampilan lompat tinggi gaya *straddle* untuk mengumpulkan dan mengolah data selanjutnya. Tes tersebut dibagi menjadi dua bagian yaitu: *pretest* dan *posttest*. Tes *pretest* dilakukan untuk mengukur kemampuan awal siswa setelah diberikan tindakan (*treatment*). Selanjutnya, peneliti melakukan tes *posttest* untuk mengetahui kemampuan akhir siswa setelah diberikan tindakan (*treatment*), misalnya, bermain lompat tali karet.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana. Beberapa langkah yang dilakukan peneliti ketika menghitung uji regresi linier sederhana yaitu peneliti menguji normalitas, uji normalitas ini menggunakan uji normalitas *Shapiro Wilk*. Dalam uji normalitas ini kita menentukan apakah sampel berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau tidak. Kemudian peneliti menguji homogenitas, uji homogenitas dengan membandingkan antara kelompok *pretest* dengan *posttest*. Setelah itu, peneliti menguji hipotesis dengan menggunakan teknik *Paired Sample t-Test*, teknik ini berguna untuk menguji perbedaan rata-rata dari dua kelompok data atau sampel yang tidak berhubungan. Dan yang terakhir di ujikan dalam penelitian ini yaitu uji regresi linier sederhana, uji ini dilakukan untuk mengetahui

Balqis Laillisa, 2023

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI KARET TERHADAP KETERAMPILAN LOMPAT TINGGI SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI SEPATAN II

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

seberapa besar pengaruh variabel independen (variabel bebas) terhadap variabel dependen (variabel terikat).

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Sepatan II pada bulan November pada tahun 2022, yang terdiri dari 10 pertemuan, pertemuan yang pertama melakukan tes awal (*pretest*) kemudian pertemuan ke 2 sampai pertemuan 9 melakukan perlakuan yaitu tindakan atau (*treatment*) dengan media permainan tradisional lompat tali karet selanjutnya peneliti dengan peserta didik melaksanakan tes akhir (*posttest*) dalam pertemuan ke 10, yakni ingin mengetahui apakah ada pengaruh dalam permainan tradisional lompat tali karet terhadap keterampilan lompat tinggi atau tidak dan juga seberapa pengaruh permainan tradisional lompat tali karet tersebut. Menurut Harre (dalam Harsono, 1998, hlm. 106) menyatakan bahwa, “*macrocycle* merupakan suatu latihan jangka panjang yang bisa memakan waktu 6 bulan, satu tahun, sampai beberapa tahun; *mesocycle* lamanya antar 3-6 minggu; dan *microcycle* kurang dari 3 minggu, mungkin 1 atau 2 minggu”. Maka dari itu penelitian ini menggunakan periode latihan *mesocycle* biasanya berlangsung dari 2-6 minggu. Tahap terakhir setelah diberikan perlakuan selama satu bulan, untuk mengetahui meningkat atau tidaknya kemampuan siswa dalam melakukan lompat tinggi perlu diadakannya *Posttest*.

Menurut Sugiyono (2019, hlm. 16) “metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan”.

Menurut Kasiram (2008, hlm. 210) “penelitian eksperimen bermaksud untuk mengetahui seberapa besar kadar kemurnian (kebenaran) pengaruh X terhadap Y”.

Arikunto (2010, hlm. 124) mengatakan, bahwa “*One Group Pretest-Posttest* design adalah kegiatan penelitian yang memberikan tes awal (*pretest*)

sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah memberikan tes akhir (*posttest*)”.

Setelah mempelajari pengertian ini, dapat disimpulkan bahwa hasil perlakuan dapat diketahui dengan lebih akurat karena dapat membandingkannya dengan keadaan sebelum perlakuan diberikan. Jadi, peneliti menggunakan desain ini sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, yaitu untuk mengetahui pengaruh permainan lompat tali karet tradisional terhadap keterampilan lompat tinggi siswa kelas V baik sebelum maupun sesudah diberikan perlakuan

$$O^1 \times O^2$$

Gambar 3.1 Desain Penelitian

Sumber: Sugiyono (2013, hlm. 111)

Keterangan:

O^1	= Tes awal (<i>pretest</i>)
O^2	= Tes akhir (<i>posttest</i>)
X	= Perlakuan (<i>treatment</i>)
O^2-O^1	= Pengaruh perlakuan (<i>treatment</i>)

B. Populasi dan Sampel

1) Populasi

Menurut Sugiyono (2012, hlm. 117) menyatakan bahwa “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya”.

Jadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa atau peserta didik kelas V (kelas A, B, dan C) yang berjumlah 98 orang (peserta didik). Kelas A (35 peserta didik), kelas B (33 peserta didik), dan kelas C (30 peserta didik).

2) Sampel

Menurut Maulana (2009, hlm. 26) berpendapat bahwa “dalam penelitian

khususnya eksperimen pengambilan sampel merupakan langkah yang sangat penting, karena hasil penelitian dan kesimpulan didasari pada sampel yang diambil”.

Menurut *Cohen, et.al*, (2007, hlm. 101) “semakin besar sampel dari besarnya populasi yang ada adalah semakin baik, akan tetapi ada jumlah batas minimal yang harus diambil oleh peneliti yaitu sebanyak 30 sampel”. Sebagaimana pendapat oleh Baley (dalam Mahmud 2011, hlm.159) bahwa, “untuk penelitian yang menggunakan analisis data statistik, ukuran sampel paling minimum adalah 30”.

Kemudian dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel dengan cara *simple random sampling*, sampel acak sederhana dengan cara undian. Siswa kelas V yang memiliki 3 rombel kelas yaitu kelas A, B, dan C di acak dan di undi oleh peneliti yakni peneliti mendapatkan hasil sampel kelas V A yang berjumlah 35 peserta didik. Lokasi dalam penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Sepatan II yang beralamat di Kp Sepatan Rt 002/Rw 002 Kecamatan Sepatan Kabupaten Tangerang Provinsi Banten. Lokasi ini dijadikan sebagai lokasi penelitian karena ditinjau dari segi waktu, kemampuan dan biaya dapat terjangkau oleh peneliti.

C. Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada dasarnya merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ingin di tetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga dapat diperoleh informasi tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulannya, pendapat Sugiyono (2014, hlm. 63). Jadi dapat disimpulkan bahwa, “variabel penelitian ini ialah suatu tanda atau petunjuk yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulannya”. Adapun peneliti menggunakan variabel penelitian yaitu: permainan lompat tali karet (Variabel X) dan terhadap keterampilan lompat tinggi (Variabel Y).

D. Instrumen Penelitian

Penyusunan instrumen penelitian adalah langkah paling penting yang dilakukan oleh peneliti selama penelitian. Menurut Maulana (2009, hlm. 29) “Instrumen adalah alat untuk mengumpulkan data penelitian, sehingga permasalahan yang sebelumnya dirumuskan akan dapat dipecahkan”. Instrumen penelitian adalah sebuah tes yang memiliki karakteristik guna mengukur informan sebagaimana yang terdapat dalam variabel penelitian.

Dalam penelitian ini, peneliti mengumpulkan data dan juga mengolah data yang diperoleh berasal dari instrumen tes praktik keterampilan lompat tinggi gaya *straddle*. Menurut Saputra (2001, hlm. 57-60) bahwa, “dalam melakukan lompat tinggi gaya *straddle* atau gaya guling perut ada beberapa rangkaian tugas gerak dan kriteria yang harus dicapai dalam melakukan lompat tinggi gaya *straddle*”.

Tes yang dilakukan peneliti yaitu tes keterampilan gerak dasar lompat tinggi, dengan dibagi dua bagian yakni: *Pretest* dan *Posttest*. *Pretest* diberikan untuk mengetahui kemampuan awal siswa dalam pembelajaran lompat tinggi sementara itu, *Posttest* diberikan untuk mengetahui kemampuan akhir siswa dalam pembelajaran lompat tinggi setelah diberikan perlakuan permainan tradisional lompat tali karet.

Tabel 3.1

Format Tes Keterampilan Lompat Tinggi Gaya *Straddle*

NO	Nama	Pelaksanaan Penelitian (Aspek yang dinilai)																Jumlah Skor	Nilai	Tafsiran		
		Sikap Awal (Awalan)				Sikap Pelaksanaan				Sikap Akhir				Tinggi lompatan						B	C	K
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1																						
2																						
3																						
4																						
5																						
6																						
Dst																						

Balqis Laillisa, 2023

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI KARET TERHADAP KETERAMPILAN LOMPAT TINGGI SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI SEPATAN II

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Jumlah					
Rata-rata					

Sumber: Saputra (2001, hlm. 57-60)

Indikator:

1. Awalan

- Adanya perubahan posisi badan dari condong ke depan menjadi tegak dan menghadap ke tiang mistar.
- Pelompat lari kencang dengan langkah atau jarak 3, 5, 7, 9 langkah. Tergantung posisi ketinggian yang ingin dicapai.
- Ayunan kaki, ayunkan yang lebih panjang pada waktu menolak.
- Pada setiap langkah lari, melebarkan langkah dan membelokan lutut untuk memindahkan titik berat badan.

2. Pelaksanaan tolakan

- Kaki tolak di dorong ke depan dengan kuat, ke depan tumit.
- Kecondongan pinggang atau badan terlihat jelas, dengan sudut kecondongan tersebut kira-kira antara 100-120 derajat dan melenting ke belakang.
- Bagian atas tubuh dan tungkai yang hampir lurus.
- Telapak kaki tolak membuat gerak guling dari mulai turnit hingga ujung kaki.

3. Akhir

- Untuk melewati mistar, tubuh bergerak ke atas dan mengubah posisinya dari hampir vertikal ke posisi horizontal (posisi badan telungkup) untuk dapat melewati mistar.
- Terjadi putaran pada poros bahu dan panggul sambil bergerak menuju kearah mistar.
- Sikap badan rileks di atas mistar
- Titik berat badan di bawa serendah mungkin pada mistar tanpa menyentuh atau menjatuhkan palang mistar.

4. Tinggi lompatan

Balqis Laillisa, 2023

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI KARET TERHADAP KETERAMPILAN LOMPAT TINGGI SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI SEPATAN II

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Skor 4 jika tinggi lompatan siswa 95 – 105 cm
- Skor 3 jika tinggi lompatan siswa 80 – 90 cm
- Skor 2 jika tinggi lompatan siswa 65 – 75 cm
- Skor 1 jika tinggi lompatan siswa 50 – 60 cm

Deskripsi penilaian:

Skor 4, jika ke empat indikator tampak

Skor 3, jika hanya tiga indikator yang tampak

Skor 2, jika hanya dua indikator yang tampak

Skor 1, jika hanya satu indikator yang tampak

Skor ideal = sikap awalan + sikap tolakan + sikap mendarat + tinggi lompatan

$$= 4 + 4 + 4 + 4$$

$$= 16$$

Jadi skor ideal nya = 16

$$\frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor ideal}} \times 100 =$$

Kriteria:

Baik = 71 – 100

Cukup = 31 – 70

Kurang = 0 – 30

Sebelum penelitian di laksanakan, berikut hal-hal yang dipersiapkan oleh peneliti:

- 1) Mempersiapkan alat yang digunakan
 - a. Media tali karet
 - b. Pluit
 - c. Tiang mistar dan palang nya (terbuat dari bambu dan paralon)
 - d. Bak kasur
- 2) Pertunjuk pelaksanaan
 - a. Sebelum kegiatan atau pelaksanaan tes keterampilan di mulai, siswa harus memahami cara-cara pelaksanaan tes.

Balqis Laillisa, 2023

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI KARET TERHADAP KETERAMPILAN LOMPAT TINGGI SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI SEPATAN II

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- b. Sebelum melakukan kegiatan dan melaksanakan tes keterampilan lompat tinggi, siswa melakukan pemanasan terlebih dahulu.
- c. Siswa harus memahami peraturan yang berlaku dan sudah disepakati.

3) Tahap pelaksanaan

- a. Siswa diberikan kesempatan untuk melaksanakan atau melakukan lompatan.
- b. Siswa melakukan tes keterampilan lompat tinggi secara bergantian.
- c. Hasil yang diambil ialah tes keterampilan gerak dasar dalam melakukan lompat tinggi gaya *straddle*.

E. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana, karena variabel yang terlibat dalam penelitian ini ada dua, yaitu permainan lompat tali karet (Variabel X) dan terhadap keterampilan lompat tinggi (Variabel Y). Menurut Sugiyono (2016, hlm. 188) “uji regresi linier sederhana adalah pengujian terhadap data yang terdiri dari dua variabel yaitu variabel independen dan dependen, dimana variabel tersebut bersifat kausal (berpengaruh)”.

Langkah-langkah yang digunakan dalam menganalisis data secara statistik adalah sebagai berikut:

1. Analisis Deskriptif

Menurut Sugiyono (2016, hlm. 147) “statistik deskriptif merupakan statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi”.

2. Uji Persyaratan Analisis

Uji persyaratan analisis yang digunakan adalah:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas data dilakukan untuk memastikan apakah data yang digunakan berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas *Shapiro Wilk* dengan bantuan *SPSS 26*. Uji Normalitas *Shapiro Wilk* digunakan apabila sampel kurang dari 50, sedangkan jika sampel lebih dari 50, data diambil menggunakan uji normalitas *Kolmogrov Smirnov*. Dengan mengambil keputusan dalam uji normalitas *Shapiro Wilk* menurut Sarjono dan Julianita (2011, hlm. 64) sebagai berikut:

- a) Jika signifikansi $> 0,05$ maka berdistribusi normal
- b) Jika signifikansi $< 0,05$ maka tidak berdistribusi normal

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan dalam penelitian ini sebagai syarat dilakukannya uji t (hipotesis). Menurut Duwi Priyanto (2010, hlm. 36-99) "uji homogenitas dilakukan dengan membandingkan antara prettest dengan posttest". Dengan menggunakan program *software Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 26*. Kriteria pengujian homogenitas dengan hasil olahan *SPSS versi 26* yaitu:

- jika sign $> \alpha$ maka data homogen.
- jika sign $< \alpha$ maka data tidak homogen.

3. Uji Hipotesis

Untuk memulai uji hipotesis, pastikan data berdistribusi normal dan homogen. Menurut Duwi Priyanto (2010, hlm. 36-99) "uji hipotesis dilakukan dengan tujuan untuk menjawab pertanyaan penelitian yang sebelumnya masih bersifat dugaan sementara yang dirumuskan dalam hipotesis penelitian menggunakan uji dua pihak dengan derajat kesalahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebesar 5% atau $= 0,05$ ". Dalam penelitian ini, uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan *SPSS versi 26*, teknik yang dikenal sebagai *Paired Sample t-Test*. Teknik ini

digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata antara dua kelompok data atau sampel yang independen atau tidak berhubungan.

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2 v}{N(N-1)}}$$

Gambar 3.2 Uji Hipotesis *Paired Sample t-Test*

Sumber: Arikunto (2010, hlm. 249)

Keterangan :

Md = Mean dari perbedaan *pretest* dengan *posttest*

Xd = Deviasi masing-masing subjek

Σ = Jumlah kuadrat deviasi

N = Subjek pada sampel

d.b. = Ditentukan dengan N-1

H0 : $\mu_1 = \mu_2$

H1 : $\mu_1 \neq \mu_2$

Keterangan :

H1: Ada pengaruh yang signifikan antara permainan tradisional lompat tali karet terhadap lompat tinggi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sepatan II.

H0: Tidak ada pengaruh yang signifikan antara permainan tradisional lompat tali karet terhadap lompat tinggi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sepatan II.

μ_1 : Rata-rata keterampilan lompat tinggi yang sebelum diterapkan media permainan tradisional lompat tali karet.

μ_2 : Rata-rata keterampilan lompat tinggi yang sesudah diterapkan media permainan tradisional lompat tali karet.

Hipotesis penelitian akan di uji dengan kriteria pengujian sebagai berikut:

- Jika (nilai sign <) maka H0 ditolak dan H1 diterima, berarti ada pengaruh signifikan antara permainan tradisional lompat tali karet terhadap lompat tinggi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sepatan II.
- Jika (nilai sign >) maka H0 diterima dan H1 ditolak, berarti tidak ada pengaruh signifikan antara antara permainan tradisional lompat tali karet terhadap lompat tinggi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sepatan II.

4. Uji Regresi Linier Sederhana

Analisis ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Regresi digunakan untuk mengukur besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel

Balqis Laillisa, 2023

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI KARET TERHADAP KETERAMPILAN LOMPAT TINGGI SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI SEPATAN II

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

terikat dan memprediksi variabel terikat dengan menggunakan variabel bebas. Analisis regresi yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi linier sederhana. Persamaan regresi sederhana menurut Sugiyono (2016, hlm. 188) dirumuskan sebagai berikut:

$$Y = a + Bx$$

Gambar 3.3 Uji Regresi Linier Sederhana

Sumber: Sugiyono (2016, hlm. 188)

Keterangan:

Y	= Nilai yang diprediksikan
A	= Konstanta atau bila harga X = 0
B	= Koefisien regresi
X	= Nilai variabel independen
