

## BAB III METODE PENELITIAN

### 3.1. Metode dan Desain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Eksperiment* dengan desain *multiple treatment and control with pretetst- posttest* (Cook et al., 2002). Asumsi yang mendasari dipilihnya design tersebut karena terdapat tiga kelompok yang diberikan intervensi kecakapan hidup dalam penelitian ini yaitu kelompok kecakapan hidup *softball* berbasis kompetisi, kelompok kecakapan hidup *softball* non kompetisi dan kelompok *softball* tanpa intervensi kecakapan hidup. Design ini merupakan salah satu dari *pretest posttest kontrol group design* (Fraenkel JR, Wallen NE, 1993). Berikut adalah gambar desain yang digunakan:

R <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>	X <sub>1</sub>	O <sub>2</sub>
R <sub>2</sub>	O <sub>1</sub>	X <sub>2</sub>	O <sub>2</sub>
R <sub>3</sub>	O <sub>1</sub>	C	O <sub>2</sub>

Gambar 3.1 Desain Penelitian

R<sub>1</sub> = kelompok integrasi kecakapan hidup *softball* dalam latihan dan kompetisi

R<sub>2</sub> = kelompok integrasi kecakapan hidup *softball* dalam latihan nonkompetisi

R<sub>3</sub> = kelompok nonintegrasi kecakapan hidup

O<sub>1</sub> = *Pretest*

X<sub>1</sub> = Intervensi integrasi kecakapan hidup dalam latihan dan kompesiti

X<sub>2</sub> = Intervensi integrasi kecakapan hidup dalam latihan nonkompesiti

C = Latihan *softball* nonintegrasi kecakapan hidup

O<sub>2</sub> = *Posttest*

(Cook et al., 2002; Fraenkel JR, Wallen NE, 1993)

Penulis menggunakan eksperimen semu, oleh karena itu untuk mengeleminir faktor bias yang terjadi peneliti melakukan validitas internal dan eksternal.

#### 3.1.1 Validitas Internal

Jack R Fraenkel et al (2011) mengungkapkan bahwa validitas internal dalam penelitian eksperimen dapat dipengaruhi oleh sejumlah variabel, antara lain karakteristik subjek, mortalitas, lokasi, instrumen, pengujian, sejarah,

kematangan, perilaku subjek, regresi, dan implementasi. Karakteristik subjek, mortalitas, peluruhan instrumen, pengujian, riwayat, maturasi, dan regresi merupakan tantangan terhadap validitas internal yang dapat dikontrol dengan kuat oleh desain ini. Variabel studi yang dikontrol lemah untuk validitas internal termasuk pengaturan studi, sifat-sifat pengumpul data, bias pengumpul data, sikap subjek, dan pelaksanaannya.

Peneliti menangani hal-hal berikut untuk validitas internal, yang dikontrol dalam penelitian ini:

1) Lokasi

Lokasi merupakan tempat kegiatan eksperimen dilakukan, pengumpulan data, dan intervensi dilakukan. Untuk menghindari pengaruh bias maka lokasi dikondisikan ditempat yang sama, dalam penelitian ini lokasi penelitian bertempat di lapangan *softball* Lodaya Kota Bandung Jl. Lodaya, Malabar Kecamatan Lengkong Kota Bandung Jawa Barat. Peneliti juga membedakan waktu pelaksanaan penelitian supaya kelompok lain tidak mengetahui perlakuan yang diberikan.

2) Karakteristik Pengumpul Data

Hasil juga mungkin dipengaruhi oleh instrumen pengumpulan data, yang merupakan komponen penting pada sebagian besar perangkat. Jenis data yang dikumpulkan peneliti dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin, usia, etnis, preferensi bahasa, dan karakteristik lain dari subjeknya. Dengan menggunakan instrument pengumpulan data yang sama diharapkan dapat mengurangi ancaman pengaruh dari factor karakteristik pengumpul data.

3) *Data Collector Bias*

Ada kemungkinan juga bahwa pengumpul data secara tidak sengaja mengubah data dengan cara yang lebih mungkin menghasilkan suatu hasil seperti mendukung hipotesis. Dua teknik utama untuk memerangi bias pengumpul data adalah standarisasi semua proses, yang seringkali memerlukan beberapa bentuk pelatihan tentang pengumpul data, dan memastikan bahwa pengumpul data tanpa informasi yang mereka perlukan akan merusak hasil, alias ketidaktahuan yang direncanakan. Pengumpul data harus tidak mengetahui hipotesis atau tidak mampu mengidentifikasi karakteristik tertentu dari individu atau kelompok yang menjadi sumber

pengumpulan data. Pengumpul data tidak perlu mengetahui metode kelompok apa yang mereka amati atau uji atau bagaimana pengujian individu dilakukan dalam uji coba lainnya.

#### 4) Pandangan subjek

Validitas internal juga dapat terancam oleh sudut pandang partisipan penelitian dari bagaimana cara mereka melihatnya. Memberikan perlakuan yang berbeda kepada setiap kelompok merupakan strategi untuk melawan ancaman yang ditimbulkan oleh sikap subjek tersebut.

#### 5) Implementasi

Perlakuan atau metode dalam penelitian eksperimen harus dilakukan oleh peneliti, guru belajar, konselor, atau orang lain untuk setiap anak. Fakta ini meningkatkan kemungkinan bahwa kelompok eksperimen mungkin diperlakukan dengan cara yang tidak diinginkan dan belum tentu berada dalam lingkup metode, namun memberi mereka keuntungan dalam satu atau lain hal yang dikenal sebagai ancaman eksekusi. Untuk menghindari hal tersebut maka peneliti melakukan supervisi terhadap kelompok eksperimen sebagai kontrol manipulasi agar dilakukan pengujian yang berkaitan dengan perlakuan sehingga subjek penelitian benar-benar memahami perlakuan yang dilakukan.

### 3.1.2 Validitas Eksternal

Validasi eksternal umumnya mengacu pada sejauh mana hasil penelitian dapat digeneralisasikan dari sampel ke populasi. Validasi eksternal melibatkan generalisasi temuan penelitian terhadap topik, keadaan, dan waktu yang berbeda atau di luar cakupan uji coba (Fraenkel et al., 2011). Dengan demikian, validasi eksternal dapat melihat sejauh mana hasil penelitian dapat digeneralisasikan tidak hanya pada subjek tetapi juga pada seluruh populasi atau pada situasi di luar lingkup penelitian.

### 3.2 Definisi Operasional

Penelitian ini memiliki 2 variabel, yaitu program *softball* sebagai variabel bebas dan pengembangan kecakapan hidup dalam rangka PYD sebagai variabel terikat. Untuk mencegah kekeliruan dan kesalahan interpretasi, penting untuk

menjelaskan definisi operasional dari variabel-variabel penelitian ini. Definisi operasional variabel-variabel ini adalah sebagai berikut:

- 1) Program *Softball* (variabel bebas), dalam penelitian ini program *softball* adalah suatu desain pengembangan program latihan yang terintegrasi dengan kecakapan hidup, dengan konsep latihan berbasis kompetisi dan tanpa kompetisi. Dengan konsep *intentionally struktur* (Kendellen et al., 2017).
- 2) Kecakapan hidup (variabel terikat), kecakapan hidup yang dimaksud adalah pengembangan kecakapan hidup dalam rangka PYD, kecakapan hidup yang dimaksud mengacu kepada delapan komponen yang dikembangkan oleh (L. D. Cronin & Allen, 2017), yaitu kerjasama tim, goal setting, kecakapan sosial, kepemimpinan, pemecahan masalah dan pengambilan keputusan, komunikasi interpersonal, kecakapan emosi dan manajemen waktu.

### 3.3 Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah para pelajar yang mengikuti ekstrakurikuler *softball* di Kota Bandung, di kota Bandung banyak sekolah-sekolah yang memiliki pembinaan dalam ekstrakurikuler olahraga *softball* mulai dari tingkat sekolah dasar sampai sekolah menengah pertama (sumber: Pengcab Perbasasi Kota Bandung), yaitu:

- 1) SMA: SMA 2 Bandung, SMA 15 Bandung, SMA 22 Bandung, SMA 3 Bandung, SMA 7 Bandung, SMA 21 Bandung, SMA 8 Bandung, SMA BPI, SMA 27 Bandung, SMA Taruna Bakti, SMA 11 Bandung.
- 2) SMP: SMP Taruna Bakti, SMP Al-Azhar 36, SMP Salman Al-Farizi.
- 3) SD: SD Bianglala, SD Salman Al-Farizi, SD Al-Azhar 36.

Pada penelitian ini subjek yang akan dipilih adalah dari kelompok sekolah menengah atas, alasan penulis mengapa mengambil sekolah menengah atas adalah karena pertimbangan bahwa proses penelitian yang masih dalam masa pandemi covid-19 sedangkan ekstrakurikuler *softball* yang sudah mendapatkan izin untuk melakukan aktivitas latihan baru sekolah menengah.

Sampel penelitian diperoleh dengan kriteria sebagai berikut:

Kriteria Inklusi:

- Laki-laki dan perempuan berusia 14-18 tahun (Siswa SMA kelas 1 sampai 3).

- Mengikuti ekstrakurikuler *softball*.
- Memiliki derajat kesehatan yang baik berdasarkan tanda-tanda denyut nadi dan suhu badan dalam batas normal.
- Mengetahui dan menyetujui tujuan penelitian.

#### Kriteria Eksklusi

- Subjek penelitian menderita penyakit tertentu atau cedera sehingga tidak memungkinkan untuk menjadi subjek penelitian.

#### Kriteria *Drop Out*

- Subjek penelitian tidak mengikuti prosedur yang sudah ditetapkan
- Subjek penelitian mengalami gangguan kesehatan.

### 3.4 Populasi dan Subjek Penelitian

Besaran subjek penelitian yang di ambil dalam penelitian ini mengacu kepada pendapat yang dikemukakan oleh Fraenkel JR & Wallen NE (1993) yang merekomendasikan bahwa untuk penelitian eksperimen jumlah sampel minimum adalah 15 sampel setiap kelompok, dengan memenuhi kriteria yang sudah ditentukan dalam penelitian. Kemudian pendapat dari Darajat & Abduljabar (2014) yang mengungkapkan untuk penelitian menggunakan kelompok eksperimen dan kontrol, maka jumlah sampel masing-masing kelompok antara 10 sampai dengan 20. Oleh karena itu penulis menentukan jumlah subjek sebanyak 15 orang per kelompok alasan lainnya adalah bahwa dalam permainan *softball* jumlah pemain dalam satu tim berjumlah 15 orang.

Peneliti mengambil populasi siswa sekolah menengah atas di lingkungan Kota Bandung yang mengikuti ekstrakurikuler *Softball*. Teknik pengambilan subjek penelitian tahap pertama yaitu dengan teknik random selection dari total populasi yang ada yaitu sebanyak 83 siswa, penulis mengambil subjek penelitian sebanyak 45 orang terdiri dari putra dan putri, kemudian dilakukan teknik random assignment untuk menentukan subjek penelitian ketiga kelompok yaitu kelompok integrasi kecakapan hidup berbasis latihan dan kompetisi 15 siswa, kelompok integrasi kecakapan hidup berbasis latihan non kompetisi (latihan) 15 siswa, dan kelompok latihan non integrasi kecakapan hidup 15 siswa. Namun dalam perkembangan pelaksanaan treatment ada empat partisipan yang *drop out* sehingga jumlah sampel yang berhasil menyelesaikan treatment yaitu berjumlah

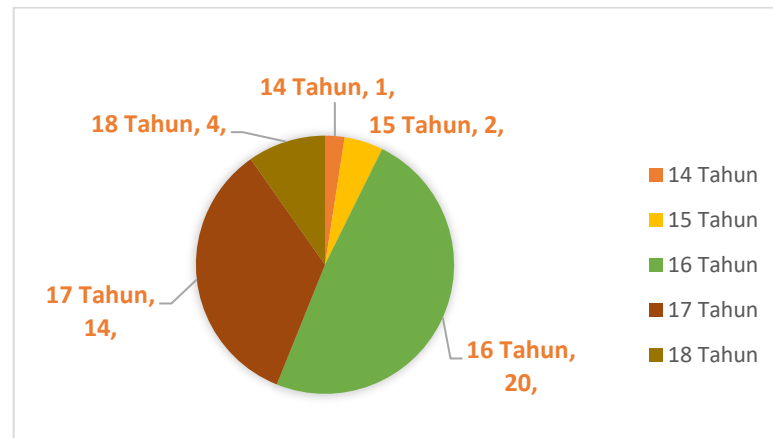
Agus Gumilar, 2023

*Pengembangan Kecakapan Hidup Melalui Olahraga Softball Dalam Rangka Positive Youth Development*

Universitas Pendidikan Indonesia / [respiratory.upi.edu](http://respiratory.upi.edu) / [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

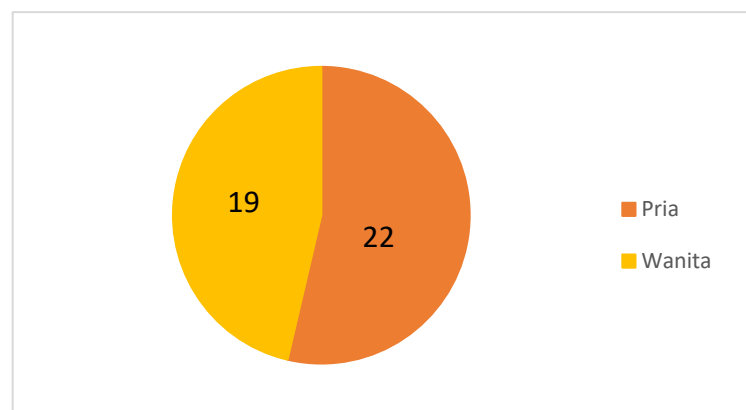
41 orang siswa dengan rincian kelompok integrasi kecakapan hidup berbasis latihan dan kompetisi 14 siswa, kelompok integrasi kecakapan hidup berbasis latihan non kompetisi (latihan) 13 siswa, dan kelompok latihan non integrasi kecakapan hidup 14 siswa.

Berikut adalah demografi 41 subjek penelitian berdasarkan usia yang terlibat dalam penelitian berusia 14-18 tahun (gambar 3.2).



Gambar 3.2. Demografi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Usia responden seperti yang terlihat dalam gambar 3.2 terdiri dari siswa yang berusia 18 tahun sebanyak 4 siswa, usia 17 tahun sebanyak 14 siswa, usia 16 tahun sebanyak 20 tahun, usia 15 tahun sebanyak 2 orang, dan usia 14 tahun sebanyak 1 orang, dengan jumlah sampel 41 siswa. Selanjutnya adalah demografi subjek penelitian berdasarkan gender, seperti yang terlihat dalam tabel 3.3 berikut:



Gambar 3.3. Demografi Subjek Penelitian Berdasarkan Gender

Berdasarkan gender seperti yang terlihat dalam gambar 3.3 jumlah subjek penelitian perempuan berjumlah 19 siswa dan laki-laki berjumlah 22 siswa.

### 3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari instrument *Life Skills Scale for Sport (LSSS)* yang dikembangkan oleh (L. D. Cronin & Allen, 2017), LSSS adalah instrument untuk menilai delapan dimensi kecakapan hidup yaitu (kerjasama tim, goal setting, kecakapan sosial, kepemimpinan, pemecahan masalah dan pengambilan keputusan, komunikasi interpersonal, kecakapan emosi dan manajemen waktu) yang dirasakan peserta ketika diberikan intervensi olahraga. Kuesioner LSSS tersebut dikembangkan untuk remaja dengan rentang usia 11 hingga 21 tahun dan terdiri atas 47 item pernyataan. Skala pengukuran berupa skala likert dengan rentang skala lima poin yaitu dari 1 (*not at all*) hingga 5 (*very much*). Kisi-kisi instrument tergambar dalam tabel 3.1 berikut:

Tabel 3.1 Instrumen Penelitian

Adaptasi *Life Skills Scale for Sport (LSSS)* (L. D. Cronin & Allen, 2017)

Variabel	Dimensi	Sub Dimensi	Pertanyaan
<i>Life skills</i>	Kompetensi Sosial	Team work	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membantu anggota tim lain dalam menjalankan tugas</li> <li>2. Menerima saran dan pendapat dari orang lain.</li> <li>3. Bekerja sama dengan anggota tim</li> <li>4. Membantu membangun semangat tim</li> <li>5. Memberikan saran kepada anggota tim tentang cara meningkatkan permainan mereka.</li> </ol>
		Goal setting	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. meningkatkan permainan mereka. Mengubah cara bermain saya demi kepentingan tim.</li> <li>1. Membantu saya menetapkan target dalam memperbaiki permainan.</li> <li>2. Memberikan tantangan yang harus dicapai.</li> <li>3. Menilai pencapaian dari target saya.</li> <li>4. Membuat target jangka pendek</li> </ol>

Tabel 3.1 Instrumen penelitian (lanjutan)	untuk mencapai target jangka panjang.
	5. Selalu berkomitmen pada target saya. 6. Menentukan target dalam latihan. 7. Menentukan target prioritas.
<i>Time management</i>	1. Mengatur waktu dengan baik. 2. Menilai berapa banyak waktu yang saya habiskan untuk melakukan berbagai aktivitas. 3. Mengontrol penggunaan waktu. 4. Membuat target agar saya dapat menggunakan waktu secara efektif.
<i>Emotional skill</i>	1. Mengetahui cara mengatasi emosi saya. 2. Mengetahui cara mengontrol emosi. 3. Memahami bahwa perilaku saya dapat berbeda dalam keadaan emosi. 4. Memperhatikan perasaan saya sendiri. 5. Mengelola emosi agar tetap fokus. 6. Memahami emosi orang lain. 7. Memperhatikan perasaan orang lain. 8. Membantu orang lain untuk menahan emosi supaya tetap fokus.
<i>Interpersonal communication</i>	1. Berbicara dengan jelas kepada orang lain. 2. Memperhatikan apa yang dikatakan orang lain. 3. Memperhatikan gerak-gerik orang lain. 4. Berkomunikasi dengan baik kepada orang lain.
<i>Social Skills</i>	1. Memulai percakapan. 2. Berinteraksi dalam berbagai aktivitas lingkungan sosial. 3. Membantu orang lain tanpa harus diminta. 4. Bergabung dalam kegiatan kelompok.



Tabel 3.1 Instrumen penelitian (lanjutan)	5. Mengelola pertemanan dengan baik.
<i>Leadership</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menetapkan standar tinggi untuk tim.</li> <li>2. Mengetahui cara memotivasi orang lain.</li> <li>3. Membantu orang lain dalam memecahkan masalah.</li> <li>4. Menjadi teladan yang baik bagi orang lain.</li> <li>5. Mengatur anggota tim untuk bekerja sama.</li> <li>6. Mengakui prestasi orang lain.</li> <li>7. Mengetahui cara mempengaruhi anggota tim secara positif.</li> <li>8. Mempertimbangkan pendapat setiap anggota tim.</li> </ol>
<i>Problem Solving</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mencari solusi suatu masalah bersama-sama.</li> <li>2. Membandingkan setiap solusi dalam penyelesaian masalah.</li> <li>3. Mencari kemungkinan pemecahan masalah sebanyak mungkin.</li> <li>4. Mengevaluasi setiap solusi untuk suatu masalah.</li> </ol>

Instrumen penelitian diterjemahkan dan di validasi oleh ahli bahasa Inggris yaitu Putri Oktaviani Tahira Handoko, beliau merupakan konsultan bahasa Inggris lulusan dari Prodi Sastra Inggris Universitas Padjajaran Bandung (CV terlampir). Setelah di terjemahkan ke Bahasa Indonesia, kemudian instrument di validasi kembali oleh ahli Bahasa Indonesia yaitu Junaedi, selaku guru Bahasa Indonesia di sekolah menengah, hal ini dilakukan untuk validasi bahasa dari pernyataan yang akan di berikan kepada siswa menengah.

Validitas instrument *Life Skills Scale for Sport (LSSS)* dilakukan oleh T. H. Lim et al (2018) menyatakan bahwa KLSTS adalah ukuran yang dapat diandalkan dan valid untuk menilai transfer kecakapan hidup pemuda Korea dengan nilai validitas 0,90. Analisis lainnya juga dilakukan oleh T. Lim et al (2019) menunjukkan reliabilitas setiap indikator dari instrument LSSS dimana faktor leadership mendapatkan nilai adalah 0,85, faktor goal setting adalah 0,79, faktor social skill dan interpersonal communication adalah 0,74, faktor time management

*Agus Gumilar, 2023*

*Pengembangan Kecakapan Hidup Melalui Olahraga Softball Dalam Rangka Positive Youth Development*

*Universitas Pendidikan Indonesia / respiratory.upi.edu / perpustakaan.upi.edu*

adalah 0,79 dan faktor team work adalah 0,68. Penulis sendiri telah melakukan uji validitas dan reliabilitas dari instrument LSSS, uji validitas dilakukan terhadap sampel yang memiliki karakteristik yang sama dengan sampel yaitu pemain *softball* usia remaja, hasilnya semua pernyataan dinyatakan valid (validasi terlampir) dengan nilai reliabilitas  $r = 0.95$ , yang artinya bahwa instrument *Life Skills Scale for Sport (LSSS)* dapat diandalkan atau digunakan untuk mengukur lifeskills atlet *softball* remaja di Indonesia.

### 3.6 Program Integrasi Kecakapan Hidup

Pelaksanaan treatment dilaksanakan selama delapan belas pertemuan diluar pelaksanaan pre-test dan post-test, jumlah pertemuan ini mengacu kepada penelitian sejenis yang dikembangkan oleh (S. J. Danish, 2002). Penelitian dilaksanakan pada tanggal 11 Desember sampai dengan tanggal 29 Januari 2023. Jadwal latihan dilaksanakan 3 kali dalam seminggu, untuk kelompok kompetisi dan kelompok kontrol adalah hari senin, rabu, dan jum'at serta kelompok non kompetisi (latihan) adalah hari selasa, kamis, dan sabtu. Pelaksanaan treatment dilakukan di Lapangan *Softball* Lodaya Kota Bandung, Jl. Lodaya, Malabar Kecamatan Lengkong Kota Bandung Jawa Barat.

Program integrasi kecakapan hidup sudah di validasi oleh Amung Ma'mun, Nuryadi, Jajat Drajat Kusumah Negara, dan Gano Sumarno, untuk program latihan *softball* juga di validasi oleh para pelatih *softball* yaitu Anggana Budiman (atlet nasional, pelatih *softball* Jawa Barat dan pelatih *softball* junior garuda Jakarta), Ferliansyah Nugraha (pelatih *softball*/baseball junior Jawa Barat, Rusa Hitam, dan Bumi Asri Bandung), Adly Riadi (Mantan atlet dan ketua klub Valiant Bandung), Depi Permana (pelatih *softball* putra Kota Bandung dan atlet nasional), Innandya Asyifa (Atlet *softball* putri Jawa Barat dan pelatih *softball* SMA). Berikut adalah kisi-kisi program kecakapan hidup LSSS seperti yang tercantum dalam tabel 3.2 sebagai berikut:

Tabel 3.2 Kisi-kisi Program Kecakapan Hidup

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Aktivitas
<i>Positive Youth Development</i>	<i>Teamwork</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menerima saran dari orang lain</li> <li>• Berkontribusi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sharing season (saling koreksi dalam setiap</li> </ul>

(PYD) 3.2 Kisi-kisi Program Kecakapan Hidup (lanjutan)	Kecakapan Hidup (lanjutan)	aktivitas latihan)
<p>Kegiatan membangun keterampilan hidup adalah fitur penting dari program yang dirancang untuk mendorong PYD (Holt, N. L., Deal, C. J., &amp; Pankow, 2020). Kegiatan untuk membangun kecakapan hidup merupakan komponen “<i>Big Three</i>” dari program PYD, yaitu : 1) peluang partisipasi pemuda dalam kegiatan kepemimpinan; 2) menekankan pada pengembangan kecakapan hidup; 3) Sebuah hubungan berkelanjutan dan peduli antara orang dewasa dan anak muda. (Lerner et al., 2006).</p>	<p>semangat tim/kelompok</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bekerja dengan baik dalam tim/kelompok</li> <li>• Memberikan saran kepada anggota tim dalam meningkatkan performance</li> <li>• Bantu anggota tim/kelompok lain melakukan tugas</li> <li>• Ubah cara saya melakukan untuk kepentingan tim</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fielding Position</li> <li>• Fielding Situation</li> </ul>
	<p><i>Goal Setting</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tetapkan target latihan sehingga saya bisa tetap focus</li> <li>• Tetapkan Tujuan jangka pendek untuk mencapai tujuan jangka Panjang</li> <li>• Komitmen untuk mencapai target</li> <li>• Menilai Kemajuan dalam mencapai target</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atlet berkomitmen untuk kinerja tinggi dan akhirnya membuat tim Juara</li> <li>• Melatih <i>Fundamental Techniques (basic defens dan offense)</i></li> <li>• Membuat report kemajuan setiap atlet</li> </ul>
<p><i>Lifeskill</i> (kecakapan hidup)</p> <p>Kecakapan hidup merupakan suatu cara bagaimana seseorang menangani hidup</p>	<p><i>Time Management</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengelola waktu dengan baik</li> <li>• Menilai berapa banyak waktu yang dihabiskan untuk setiap aktivitas Latihan</li> <li>• Tetapkan tujuan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selalu menekankan atlet untuk selalu tepat waktu Ketika datang Latihan</li> <li>• Atlet tiba di venue dalam keadaan siap dan diperlengkapi untuk berlatih atau bertanding</li> <li>• Pemain membereskan</li> </ul>

(Newman, 2020)	Indikator Program Kecakapan Hidup (Lanjutan)		lapangan dan
Indikator lifeskill mengacu kepada delapan komponen yang dikembangkan oleh (L. D. Cronin & Allen, 2017), seperti yang tercantum dalam kolom indikator	<i>Emotional Skill</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• menggunakan waktu secara efektif</li> <li>• Tau bagaimana mengontrol emosi</li> <li>• Memahami emosi orang lain</li> <li>• Empaty</li> <li>• Membantu orang lain dalam mengendalikan emosi Ketika terjadi perdebatan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mengembalikan perlengkapan tim ke tempat semula</li> <li>• 4 R's (Replay, Relax, Redo, Ready) untuk membantu mereka bermain secara pintar baik didalam maupun diluar olahraga.</li> <li>• mengelola emosi, partisipan mempelajari bahwa mengelola emosi mereka, baik dalam olahraga dan kehidupan adalah cara untuk menjadi pintar</li> </ul>
	<i>Interpersonal communication</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berkomunikasi dengan baik dengan sesama tim</li> <li>• Memperhatikan Bahasa tubuh orang lain</li> <li>• Berbicara dengan jelas dan tegas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Relay Defense Practice</i></li> <li>• <i>Softball Offense and Defense Signs practice</i></li> <li>• <i>Fielding communication practice</i></li> </ul>
	<i>Social skill</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selalu terlibat dalam aktivitas tim</li> <li>• Berinisiatif membantu orang lain</li> <li>• Membentuk persahabatan yang erat dengan anggota tim</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Batting tee program</li> <li>• Base to base throwing program</li> <li>• Belajar bergiliran selama kegiatan, dan bekerja sama dengan orang lain yang bermain</li> </ul>
	<i>Leadership</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bisa menjadi pemimpin dan pengikut</li> <li>• Menjadi teladan yang baik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bergantian dalam memimpin Warm up</li> <li>• Dan bergantian menjadi kapten tim</li> </ul>

Tabel 3.2 Kisi-kisi Program Kecakapan Hidup (lanjutan)	Mencapai prestasi Orang lain	dalam setiap pertandingan
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjadi motivator bagi orang lain</li> <li>• Membantu memecahkan masalah tim</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respect</li> <li>• Bersikap baik baik di dalam lapangan di di luar lapangan</li> <li>• Selalu mendukung dan memberikan support kepada anggota tim</li> </ul>
<i>Decision Making</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memilih dan menentukan berbagai kemungkinan diantara situasi tertentu</li> <li>• Mencari solusi dari setiap kejadian</li> <li>• Mengevaluasi setiap kejadian yang terjadi</li> <li>• Membanding setiap solusi untuk menemukan solusi yang terbaik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Sacrifice Program</i></li> <li>• <i>Sequice program</i></li> <li>• <i>Do or Die Program</i></li> <li>• <i>Defense dan Offense conference program</i></li> </ul>

Dalam teknisnya program integrasi kecakapan hidup diberikan dengan cara memberikan materi di awal latihan dan melakukan diskusi diakhir latihan untuk memberikan penekanan dan pemahaman untuk mengintegrasikan nilai-nilai kecakapan hidup untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, hal ini mengacu kepada program yang telah dikembangkan oleh Kendellen et al (2016), yaitu (a) fokus pada satu kecakapan hidup setiap pelajaran, (b) memperkenalkan kecakapan hidup di awal pelajaran, (c) menerapkan strategi untuk mengajarkan kecakapan hidup selama pelajaran, dan (d) membahas kecakapan hidup di akhir pelajaran. Selain itu program juga di validasi oleh lima orang pelatih yang bersertifikasi hasil analisis. Butir pernyataan sudah memenuhi validitas isi jika terdapat kecocokan diantara penilai di atas 0.05 (Susetyo, 2015). Penghitungan dengan menggunakan formula  $CVR = \frac{2ne}{n-1}$  (analisis CVR terlampir).

### 3.7 Analisis data

Pengolahan data menggunakan software IBM SPSS versi 25. Berikut langkah-langkah untuk mengolah dan menganalisis data secara statistik:

#### 1) Uji Prasyarat analisis

##### a. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui data penelitian berasal dari populasi dan sampel yang homogen atau heterogen, dengan menggunakan uji Levene's test pada p-value > 0,05.

##### b. Uji Normalitas

Uji ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah penyebaran data berdistribusi normal atau tidak normal. Jika normal maka uji hipotesis selanjutnya dapat menggunakan uji statistik parametrik, jika hasil uji normalitas data penyebarannya tidak normal maka uji statistik selanjutnya menggunakan uji non parameterik. Uji normalitas akan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov pada p-value > 0,05.

#### 2) Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan Uji-t dan Uji ANOVA satu jalur (One-Way ANOVA). Berikut adalah rumus yang digunakan untuk menguji hipotesis, rumus yang pertama digunakan apabila jumlah sampel sama, rumus yang kedua jika jumlah sampel berbeda:

$$t_{hit} = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n} + \frac{S_2^2}{n}}}$$

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left( \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

Rumus:

Keterangan:

$\bar{x}_1$  = rata-rata variabel 1

$\bar{x}_2$  = rata-rata variabel 2

$s_1$  = standar deviasi variabel 1

$s_2$  = standar deviasi variabel 2

$n$  = jumlah sampel

Sumber (Sugiyono, 2011)

Agus Gumilar, 2023

Pengembangan Kecakapan Hidup Melalui Olahraga Softball Dalam Rangka Positive Youth Development

Universitas Pendidikan Indonesia / [respiratory.upi.edu](http://respiratory.upi.edu) / [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)