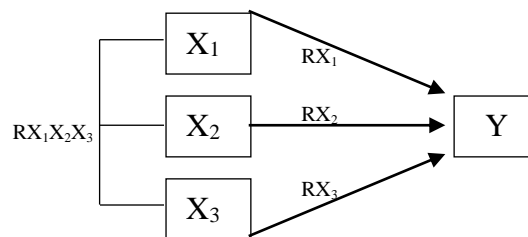


BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Metode penelitian yang diambil oleh peneliti yaitu metode penelitian kuantitatif dengan teknik analisis korelasional. Alasan penulis menggunakan metode ini karena untuk melihat hubungan dari tiga buah variabel dengan hasil perolehan renang gaya kupu pada atlet PELATDA Disabilitas Jawa Barat. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang datanya berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. Metode ini juga disebut sebagai metode ilmiah karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis (Sugiyono, 2013). Korelasi merupakan salah satu teknik analisis data statistik yang digunakan untuk mencari hubungan antara dua variabel atau lebih yang bersifat kuantitatif. Dua variabel atau lebih dikatakan berkorelasi apabila perubahan pada variabel yang satu akan diikuti perubahan pada variabel yang lain secara teratur dengan arah yang sama (korelasi positif) atau berlawanan (korelasi negatif) (A. Ibrahim dkk., 2018).



Gambar 3.1 Desain Penelitian

Keterangan :

X₁ = Fleksibilitas

X₂ = Power Tungkai

X₃ = Power Lengan

Y = Perolehan hasil berenang gaya kupu

RX₁ = Hubungan X₁ dengan Y

RX₂ = Hubungan X₂ dengan Y

RX₃ = Hubungan X₃ dengan Y

Mochamad Gustiar, 2023

*HUBUNGAN FLEKSIBILITAS, POWER TUNGKAI, DAN POWER LENGAN
DENGAN PRESTASI RENANG GAYA KUPU ATLET DISABILITAS JAWA BARAT*
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

$RX_1X_2X_3 =$ Hubungan $X_1X_2X_3$ dengan Y

3.2 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Populasi dalam penelitian ini yaitu atlet renang PELATDA Disabilitas Jawa Barat yang berjumlah 11 orang dengan karakteristik 3 orang atlet putra tuna rungu wicara, 2 orang atlet putri tuna rungu wicara, 3 orang atlet tuna netra putra, dan 3 orang atlet tuna netra putri. Populasi ini diambil karena sedikitnya penelitian yang membahas tentang disabilitas.

3.3 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan sampel jenuh. Sampling Jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relative kecil, kurang dari 30 orang, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil (Sugiyono, 2013). Istilah lain sampel jenuh adalah sensus, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel . Melihat dari populasi bahwasanya penelitian ini mengambil populasi dari atlet renang PELATDA Disabilitas Jawa Barat maka untuk sampel pada penelitian ini berjumlah 11 orang.

3.3.1. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria dimana subjek penelitian dapat mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel (Notoatmodjo, 2010). Maka dari itu kriteria inklusi yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Atlet renang PELATDA Disabilitas Jawa Barat
2. Penderita salah satu dari tuna daksa, tuna netra, tuna grahita atau tuna rungu wicara
3. Mampu melakukan item tes yang akan dilaksanakan
4. Bersedia diikuti sertakan dalam penelitian

Mochamad Gustiar, 2023

HUBUNGAN FLEKSIBILITAS, POWER TUNGKAI, DAN POWER LENGAN DENGAN PRESTASI RENANG GAYA KUPU ATLET DISABILITAS JAWA BARAT
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3.3.2. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian (Notoatmodjo, 2010). Maka dari itu kriteria eksklusi yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Bukan atlet renang PELATDA Disabilitas Jawa Barat
2. Tidak termasuk dalam penderita salah satu dari tuna daksa, tuna netra, tuna grahita atau tuna rungu wicara
3. Tidak mampu melakukan item tes yang akan dilaksanakan
4. Tidak bersedia diikuti sertakan dalam penelitian

3.4 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada :

Hari, Tanggal : Sabtu, 15 Juli 2023

Tempat : Aula Kalya Hotel dan Kolam Renang Sabuga

3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2013). Pada penelitian ini penulis menggunakan instrument dalam bentuk tes. Tes adalah alat ukur atau prosedur yang digunakan untuk mengetahui suatu suasana, dengan cara atau aturan-aturan yang ditentukan (Sepdanius dkk., 2019). Instrumen tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- *Sit and reach*

Validitas : 0,601 (Zhannisa & Sugiyanto, 2015)

Reliabilitas : 0,743 (Zhannisa & Sugiyanto, 2015)

Tabel 3.1 Klasifikasi Sit and Reach

Putra (cm)	Klasifikasi	Putri (cm)
$\geq 20,2$	Sangat Baik	$\geq 18,9$
17,9 – 20,1	Baik	16,8 – 18,8
15,6 – 17,8	Sedang	14,7 – 16,7
13,3 – 15,5	Kurang	12,6 – 14,6
11 – 13,2	Sangat Kurang	$\leq 12,5$

Mochamad Gustiar, 2023

HUBUNGAN FLEKSIBILITAS, POWER TUNGKAI, DAN POWER LENGAN DENGAN PRESTASI RENANG GAYA KUPU ATLET DISABILITAS JAWA BARAT
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Tujuan : tes ini bertujuan untuk mengetahui perkembangan fleksibilitas punggung bagian bawah dan otot-otot hamstring .

Pelaksanaan :

Posisi siap :

- Duduk di lantai dengan punggung dan kepala bersandar ke dinding, kaki lurus ke depan bertumpu pada meja
- Tempatkan tangan pada diatas tangan yang satunya, regangkan lengan ke depan sambil kepala tetap berada pada dinding
- Ukur jarak dari ujung jari ke tepi kotak dengan menggunakan penggaris.

Pergerakan :

- Secara perlahan bungkukan badan dan raih sejauh mungkin jangkauan ke depan sepanjang penggaris
- Tahan pada posisi akhir sampai anda tidak sanggup lagi selama dua detik
- Catat raihan atau jangkauan
- Ulangi sebanyak tiga kali pengulangan dan ambil jarak terbaik.

- *Standing Long Jump*

Validitas : 0,496 (Zhannisa & Sugiyanto, 2015)

Reliabilitas : 0,663 (Zhannisa & Sugiyanto, 2015)

Tabel 3.2 Klasifikasi Standing Long Jump

Putra (cm)	Klasifikasi	Putri (cm)
≥ 201	Sangat Baik	≥ 166
186 – 200	Baik	156 – 165
176 – 185	Sedang	146 – 155
165 – 175	Kurang	135 – 145
≤ 165	Sangat Kurang	≤ 135

Tujuan : untuk mengukur daya ledak otot tungkai

Pelaksanaan :

- Berdiri dibelakang garis yang sudah ditentukan

Mochamad Gustiar, 2023

HUBUNGAN FLEKSIBILITAS, POWER TUNGKAI, DAN POWER LENGAN DENGAN PRESTASI RENANG GAYA KUPU ATLET DISABILITAS JAWA BARAT
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Lompat sejauh mungkin dengan menggunakan kedua kaki dan dibantu dengan ayuhan tangan
 - Mendarat dengan kedua kaki dan usahakan jangan terjatuh kedepan maupun kebelakang.
- *Seated Medicine Ball Throw*
Validitas : 0,741 (Zhannisa & Sugiyanto, 2015)
Reliabilitas : 0,943 (Zhannisa & Sugiyanto, 2015)

Tabel 3.3 Klasifikasi Seated Medicine Ball Throw

Putra (m)	Klasifikasi	Putri (m)
$\geq 4,22$	Sangat Baik	$\geq 3,52$
3,69 – 4,21	Baik	2,89 – 3,51
3,16 – 3,68	Sedang	2,26 – 2,88
2,63 – 3,15	Kurang	1,63 – 2,25
$\leq 2,62$	Sangat Kurang	$\leq 1,62$

Tujuan : untuk mengukur daya ledak otot lengan

Pelaksanaan :

- Testee diminta duduk menyender di tembok dan kaki rata di lantai
 - Pegang bola menggunakan kedua tangan sejajar dada
 - Julurkan tangan kedepan sejauh mungkin untuk mendapatkan hasil yang maksimal (Harris dkk., 2011).
- Tes 50 Meter Renang Gaya Kupu

Tujuan : untuk mengukur waktu berenang 50m gaya kupu

Pelaksanaan :

- Atlet Bersiap dibawah *startblock*
- Setelah mendengar peluit panjang atlet menaiki *startblock*
- Setelah aba-aba *take your mark* atlet berposisi siap
- Setelah mendengar bunyi peluit atlet melompat serta berenang secepat-cepatnya sampai garis finis.

Tabel 3.4 Klasifikasi Renang 50m Gaya Kupu-kupu

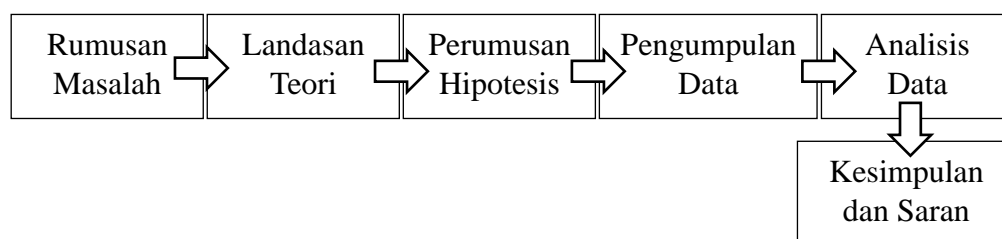
Mochamad Gustiar, 2023

HUBUNGAN FLEKSIBILITAS, POWER TUNGKAI, DAN POWER LENGAN DENGAN PRESTASI RENANG GAYA KUPU ATLET DISABILITAS JAWA BARAT
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Putra (detik)	Klasifikasi	Putri (detik)
$\leq 27,56$	Sangat Baik	$\leq 29,54$
27,57 – 30,92	Baik	29,55 – 32,92
30,93 – 35,32	Sedang	32,93 – 37,32
35,33 – 37,86	Kurang	37,33 – 39,86
$\geq 37,87$	Sangat Kurang	$\geq 39,87$

3.6 Alur Penelitian

Alur penelitian adalah langkah-langkah yang akan dilakukan untuk mempermudah pada saat penelitian berlangsung dengan tujuan tidak adanya penyimpangan dari tujuan yang sudah ditentukan. Oleh karena itu penelitian ini memiliki alur sebagai berikut :



Gambar 3.2 Alur Penelitian

(Sumber : Sugiyono, 2013)

3.7 Analisis Data

Demi mendapatkan arti dari data-data yang telah diperoleh, maka peneliti melakukan proses pengolahan data. Proses perhitungan untuk pengolahan data pada penelitian ini dibantu dengan aplikasi microsoft excel dan SPSS. Dalam analisis data dilakukan dengan tiga cara yaitu :

3.7.1. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah teknik analisis statistik deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan parameter dari masing-masing variabel. Variabel yang dimaksud adalah mean, median, modus, varians, standar deviasi, dan range (Nursalam, 2020).

3.7.2. Analisis Regresi Linear

Analisis regresi adalah teknik statistika untuk menemukan hubungan fungsional linear antara variabel respons dan variabel predictor (Sulistiyowati & Astuti, 2017). Analisis regresi berganda digunakan untuk membuat prediksi suatu topik dengan memanfaatkan hubungan antara dua variabel atau lebih yang mempunyai hubungan sebab akibat (Uyanık & Güler, 2013).

3.8 Uji Kualitas Data

3.8.1 Uji Normalitas

Uji normalitas atau juga dikenal sebagai uji kesesuaian model, digunakan untuk menentukan apakah model yang diusulkan sesuai dengan data atau tidak (Quraisy, 2022). Uji data berdistribusi normal dapat dilakukan dengan berbagai cara, seperti menggunakan metode statistik seperti uji Kolmogorov–Smirnov dan Shapiro–Wilk, atau membuat grafik dengan teknik tertentu dan melihat pola plot atau grafik tersebut (Santoso, 2010).

3.8.2 Uji Homogenitas

Uji homogenitas adalah prosedur statistik untuk memastikan bahwa dua atau lebih kelompok sampel data dari populasi memiliki tingkat varians yang sama (Sianturi, 2022). Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0.05 atau $\text{sig} > 0.05$, maka data dianggap homogen atau diterima. Jika nilai signifikansi lebih rendah dari 0.05 atau $\text{sig} < 0.05$, maka data dianggap tidak homogen atau tidak diterima.

3.8.3 Uji Hipotesis

Salah satu cabang ilmu statistik inferensial adalah uji hipotesis, yang digunakan untuk menguji kebenaran suatu pernyataan secara statistik dan menarik kesimpulan apakah pernyataan tersebut dapat diterima atau ditolak (Anuraga dkk., 2021). Para peneliti tentunya ingin membuktikan bahwa pendapat atau asumsi mereka benar atau tidak melalui berbagai pengujian. Uji hipotesis dapat membantu menentukan apakah suatu hal benar-benar ada atau hanya teori.