

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Metode penelitian adalah pendekatan sistematis yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu, seperti untuk menguji hipotesis, mengembangkan teori, atau memecahkan masalah (Sugiyono, 2020, hlm 2). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode latihan *life kinetik* terhadap peningkatan konsentrasi belajar pada ketarampilan gerak dasar. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian eksperimen untuk mengetahui pengaruh dari perlakuan yang akan diberikan.

Metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk menguji hubungan sebab akibat antara variabel independen (perlakuan) dan variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendali (Sugiyono, 2020, hlm 10). Selain itu, penelitian eksperimen ini dapat mengubah satu atau beberapa variabel, dan membandingkan hasilnya antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol (Payadnya & Jayantika, 2020, hlm 1).

3.2 Desain Penelitian

Dalam sebuah penelitian perlu adanya desain penelitian sebagai langkah untuk menyelesaikan masalah dalam penelitian ini. Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Pretest-Posttest Control Group Design*. Desain ini melibatkan dua kelompok yang dipilih secara acak dan diberi pretest untuk mengetahui apakah ada perbedaan awal antara kedua kelompok tersebut (Sugiyono, 2020, hlm 116). Dua kelompok tersebut yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok tersebut akan menjalani pengukuran awal (pretest) yang sama. Setelah itu, kelompok eksperimen akan diberikan perlakuan khusus berupa latihan *life kinetik*, sedangkan kelompok kontrol akan diberikan perlakuan konvensional berupa latihan umum. Kedua kelompok akan menjalani pengukuran akhir (posttest) dengan tes yang sama. Hasil akhir dari kedua kelompok akan dibandingkan untuk mengetahui perbedaan efektivitas perlakuan yang diberikan.

Penelitian ini dilaksanakan selama 13 kali pertemuan, seminggu dua kali (Komarudin, 2018, hlm 457). Artinya dalam 13 kali pertemuan ini di bagi menjadi

11 kali pertemuan diberikan untuk latihan *life kinetik* sebanyak dua kali dalam seminggu, 1 kali pertemuan untuk melakukan tes awal, dan 1 kali pertemuan untuk melakukan tes akhir.

Adapun desain atau pola penelitian yang digambarkan seperti pada gambar 3.1 sebagai berikut:

R1	O ₁	X	O ₂
R2	O ₃		O ₄

Gambar 3. 1 Desain Penelitian Pretest-Posttest Control Group Design
(Sugiyono, 2020, hlm 116)

Keterangan:

- 1) R1 : Kelompok Eksperimen
- 2) R2 : Kelompok Kontrol
- 3) O₁ & O₃ : Pretest (tes awal menggunakan CGT dan TGMD-2)
- 4) O₂ & O₄ : Posttest (tes akhir menggunakan CGT dan TGMD-2)
- 5) X : Treatment (perlakuan) menggunakan metode latihan *life kinetik*

3.3 Waktu dan Tempat Penelitian

3.3.1 Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 19 September s.d 31 Oktober 2023.

3.3.2 Tempat Penelitian

Tempat penelitian dalam penelitian ini dilakukan di SDN 032 Tilil Kota Bandung yang beralamat di Jl. Puyuh No.2, Sadang Serang, Kecamatan Coblong, Kota Bandung, Jawa Barat 40133.

3.4 Partisipan Penelitian

Partisipan yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas 4 SDN 032 Tilil Kota Bandung. Karena siswa-siswi kelas 4 SD dengan usia 6-10 tahun memiliki keterampilan gerak dasar yang berkembang pesat atau *fundamental movement skills* (Balyi, 2014, hlm 7).

3.5 Populasi dan Sampel Penelitian

3.5.1 Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan objek atau subjek yang diteliti, yang memiliki karakteristik atau sifat yang sama dan menjadi sasaran penelitian (Sugiyono, 2020, hlm 126). Populasi dapat berupa manusia, hewan, tumbuhan, fenomena, gejala, atau peristiwa lainnya yang memiliki karakteristik atau sifat yang sama dan berkaitan dengan masalah penelitian (Suriani et al., 2023, hlm 27). Berdasarkan penejelasan di atas maka populasi yang digunakan oleh peneliti adalah seluruh siswa-siswi kelas 4 di SDN 032 Tilil Kota Bandung dengan jumlah populasi yaitu 88 siswa.

3.5.2 Sample Penelitian

Sampel adalah sebagian dari populasi yang mewakili karakteristik populasi tersebut (Sugiyono, 2020, hlm 127). Maka dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan yaitu *Purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan pertimbangan tertentu, seperti karakteristik sampel yang sesuai dengan tujuan penelitian atau keterbatasan waktu dan biaya (Lenaini, 2021, hlm 34). Teknik ini digunakan karena tidak semua populasi dapat dijadikan sampel dan penelitian membutuhkan waktu yang cukup lama (Sugiyono, 2020, hlm 133). Adapun kriteria yang termasuk dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut: 1) Sampel merupakan siswa-siswi kelas 4 SDN 032 Tilil Kota Bandung; 2) Sampel harus berusia 9 sampai 10 tahun; 3) Mampu mengikuti penelitian hingga selesai; 4) Sampel yang tidak mengikuti pretest atau posttestnya saja maka sample tersebut tidak dapat digunakan.

Selanjutnya, untuk menghitung jumlah sample yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan rumus slovin (Imran, 2017, hlm 114):

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

Gambar 3. 2 Rumus Slovin

(Imran, 2017, hlm 114)

Keterangan:

n = Jumlah sampel yang diambil

N = Jumlah populasi penelitian

E = Sampling error (tingkat kesalahan sampel) yaitu 10% atau 0,1

Sri Rizky Aprilianti, 2024

UPAYA MENINGKATKAN KONSENTRASI BELAJAR PADA KETERAMPILAN GERAK DASAR SISWA KELAS ATAS MELALUI METODE LATIHAN LIFE KINETIK

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

Perhitungan sample:

$$\begin{aligned}
 n &= (88/1 + 88 (0,1.0,1)) \\
 &= (88/1 + (88.0,01)) \\
 &= (88/1+0,88) \\
 &= (88/1,88) = 46,8 \text{ siswa}
 \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan diatas, maka jumlah sample yang didapat berjumlah 46,8 siswa dibulatkan menjadi 47 hingga 48 siswa. Selanjutnya, total sample yang diambil yaitu 48 siswa yang terdiri dari 31 siswa laki-laki dan 17 siswa perempuan, dengan rentang usia 9-10 tahun.

3.6 Instrumen Penelitian

Dalam melaksanakan penelitian juga di butuhkan sebuah instrumen sebagai alat ukur untuk mengumpulkan data. Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian, baik variabel alam maupun sosial (Sugiyono, 2020, hlm 156). Jadi dalam sebuah penelitian harus memiliki intrumen sebagai alat untuk mengukur kemampuan siswa dalam sebuah penelitian yang akan diteliti yaitu sabagai berikut:

3.6.1 Concentration Grid Test (CGT)

Cooncentration Grid Test (CGT) adalah sebuah tes yang digunakan untuk mengukur konsentrasi seseorang (Greenlees et al., 2006, hlm p). Tujuan dalam melakukan tes ini untuk mengetahui tingkat konsentrasi belajar pada siswa melalui latihan *life kinetik*. Tes ini terdiri dari 100 kotak yang disusun dalam 10x10 dengan dua angka (00-99) kemudian disusun secara acak. Dapat dilihat pada gambar 3.2.

84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	65	39	80	77	49	86	18	70
76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	02
06	68	99	75	26	15	41	66	20	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	24

03	73	21	23	16	37	25	19	12	63
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Gambar 3. 3 Grid Concentration Exercise

Langkah – langkah melakukan tes:

1. Dalam pelaksanaan tes, sample duduk di tempat yang sudah disediakan
2. Teste mengisi biodata terlebih dahulu yang sudah disediakan
3. Setiap teste harus mengurutkan angka dari yang terkecil hingga ke terbesar sebanyak–banyaknya dengan cara menarik garis menjadi horizontal pada setiap angka, seperti contoh di bawah ini:

00	68	99	75	26	15	41	66	20	01
50	09	64	03	38	30	36	45	83	24
04	73	21	23	16	37	02	19	12	63

4. Waktu yang diberikan yaitu 1 menit
5. Tes konsentrasi ini akan dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum dan sesudah diberi perlakuan (*treatment*).
6. Penilaian diambil dari angka yang didapat oleh setiap test dengan benar serta penilaian dapat dilihat sesuai dengan kriteria penilaian dapat dilihat di bawah ini.

Tabel 3. 1 Norma Penilaian Tes Konsentrasi (Komarudin, 2018, hlm p)

NO	Kriteria	Keterangan
1.	21 keatas	Konsentrasi Sangat Baik
2.	16 – 20	Konsentrasi Baik
3.	11 – 15	Konsentrasi Sedang
4.	6 – 10	Konsentrasi Kurang
5.	5 kebawah	Konsentrasi Sangat Kurang

3.6.2 Test of Gross Motor Development-2 (TGMD-2)

Tes ini digunakan untuk mengukur kemampuan gerak kasar individu yang berkembang sejak usia dini hingga 10 tahun (Mardela, 2016, hlm 213). Selanjutnya, tes ini memiliki 12 item tes yang terbagi menjadi dua kategori yaitu 6 tes keterampilan lokomotor (*run, gallop, hop, leap, horizontal jump, dan slide*) dan 6 tes keterampilan objek kontrol (*striking a stationary ball, stationary dribble, catch, kick, overhand throw, underhand roll*) (Ulrich, 2000, hlm 3).

Dalam pelaksanaan tes TGMD-2 setiap anak diberi waktu sekitar 15-20 menit dengan 2x percobaan untuk mendapatkan skor. Cara memberikan skornya yaitu peneliti akan memberi skor 1 jika siswa dapat melakukan gerakan sesuai dengan kriteria yang ada dalam tabel penelitian. Begitu sebaliknya, jika siswa tidak dapat melakukan gerakan sesuai dengan kriteria yang ada maka peneliti akan memberi skor 0. Adapun struktur dan item tes yang digambarkan pada tabel 3.2 sebagai berikut:

Tabel 3. 2 Struktur dan Item Test TGMD-2

<i>Subtes</i>	<i>Skill</i>	<i>Kriteria Performance</i>	<i>Skor Max</i>
<i>Locomotor</i>	<i>Run</i>	4	8
	<i>Gallop</i>	4	8
	<i>Hop</i>	5	10
	<i>Leap</i>	3	6
	<i>Jump</i>	4	8
	<i>Slide</i>	4	8
<i>Object Control</i>	<i>Strike</i>	5	10
	<i>Dribble</i>	4	8
	<i>Catch</i>	3	6
	<i>Kick</i>	4	8
	<i>Throw</i>	4	8
	<i>Roll</i>	4	8

Selain itu, untuk melihat hasil data TGMD-2 yang telah didapatkan maka peneliti harus memasukan semua data mentah sesuai dengan acuan norma yang ada yaitu sebagai berikut:

Tabel 3. 3 Norma Konversi data Skor Kasar ke Skor Standar Subtest Lokomotor (Laki-laki & Perempuan) (Ulrich, 2000, hlm 54)

Persentil	Umur (9-0 melalui 10-11)	Skor Standar
<1	1-23	1
<1	24-26	2
1	27-29	3
2	30-32	4
5	33-35	5
9	36-37	6
16	38-39	7
25	40-41	8
37	42-43	9

Tabel 3.3 Lanjutan

50	44	10
63	45	11
75	46	12
84	47-48	13
91	-	14
95	-	15
98	-	16
99	-	17
>99	-	18
>99	-	19
>99	-	20

Tabel 3. 4 Norma Konversi Data Skor Kasar ke Skor Standar Subtes Objek Kontrol (Perempuan) (Ulrich, 2000, hlm 55)

Persentil	Umur (9-0 melalui 9-11)	Skor Standar
<1	1-19	1
<1	20-22	2
1	23-25	3
2	26-28	4
5	29-31	5
9	32-34	6
16	35-37	7
25	38-40	8
37	41	9
50	42	10
63	43	11
75	44	12
84	45	13
91	46	14
95	47-48	15
98	-	16
99	-	17
>99	-	18
>99	-	19
>99	-	20

Tabel 3. 5 Norma Konversi Data Skor Kasar ke Skor Standar Subtes Objek Kontrol (Laki-laki) (Ulrich, 2000, hlm 56)

Persentil	Umur (9-0 melalui 10-11)	Skor Standar
<1	1-26	1

Tabel 3.5 Lanjutan

<1	27-29	2
1	30-32	3
2	33-34	4
5	35-37	5
9	38-39	6
16	40-41	7
25	42	8
37	43	9
50	44-45	10
63	46	11
75	47	12
84	48	13
91	-	14
95	-	15
98	-	16
99	-	17
>99	-	18
>99	-	19
>99	-	20

Tabel 3. 6 Norma Penilaian Jumlah Skor Standar Subtes ke Persentil dan Hasil Bagi (Ulrich, 2000, hlm 58)

Persentil	Jumlah Skor Standar Subtes	Hasil Bagi
>99	40	160
>99	39	157
>99	38	154
>99	37	151
>99	36	148
>99	35	145
>99	34	142
>99	33	139
>99	32	136
99	31	133
98	30	130
97	29	127
95	28	124
92	27	121
89	26	118
84	25	115
79	24	112
73	23	109

Tabel 3.6 Lanjutan

65	22	106
58	21	103
50	20	100
42	19	97
35	18	94
27	17	91
21	16	88
16	15	85
12	14	82
8	13	79
5	12	76
3	11	73
2	10	70
1	9	67
<1	8	64
<1	7	61
<1	6	58
<1	5	55
<1	4	52
<1	3	49
<1	2	46

Tabel 3. 7 Norma Deskriptif Hasil Motorik (Ulrich, 2000, hlm 15)

Subtes Standard Score	Hasil Motorik Kotor	Peringkat Deskriptif
17-20	>130	Sangat Unggul
15-16	121-130	Unggul
13-14	111-120	Diatas rata-rata
8-12	90-110	Rata-rata
6-7	80-89	Dibawah rata-rata
4-5	70-79	Buruk
1-3	<70	Sangat buruk

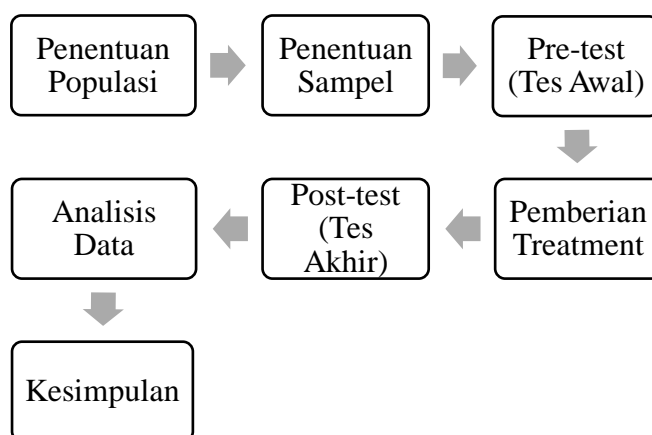
Berdasarkan tabel di atas, peneliti harus memasukkan data skor kasar sesuai dengan tabel-tabel tersebut seperti: 1) Peneliti harus memasukkan data skor kasar ke dalam norma penilaian lokomotor (laki-laki dan perempuan) sesuai dengan usia sample; 2) Peneliti harus memasukkan data skor kasar ke dalam norma penilaian objek kontrol laki-laki atau perempuan sesuai dengan usia sample; 3) Peneliti harus memasukkan jumlah skor standar subtes ke persentil dan hasil bagi; dan 4) Peneliti

harus memasukkan seluruh nilai yang sudah ada ke dalam norma penilaian deskriptif hasil motorik.

3.7 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian ini dilakukan untuk mencapai tujuan dalam sebuah penelitian. Prosedur penelitian merupakan tahapan atau langkah-langkah dalam menyelesaikan penelitian.

Langkah-langkah dalam penelitian penulis mendeskripsikan dalam bentuk gambar, seperti yang digambarkan pada gambar 3.3.



Gambar 3. 4 Prosedur Penelitian

Penjelasan dari gambar di atas:

1. Langkah pertama yaitu menentukan populasi yang akan di teliti
2. Langkah kedua yaitu menentukan sampel dari populasi yang ada
3. Langkah ketiga melakukan tes awal (*pretest*) dengan mengisi *Concentration Grid Test (CGT)* dan *Test of Gross Motor Development-2 (TGMD-2)* yang telah ditentukan sebagai instrument penelitian
4. Langkah keempat yaitu melakukan penelitian dengan memberikan treatment terhadap siswa
5. Langkah kelima melakukan tes akhir (*posttest*) dengan mengisi *Concentration Grid Test (CGT)* dan *Test of Gross Motor Development-2 (TGMD-2)* yang telah ditentukan sebagai instrumen penelitian
6. Langkah keenam yaitu mengelola data dan menganalisis data tersebut menggunakan SPSS
7. Langkah ketujuh yaitu membuat kesimpulan sesuai dengan hasil data yang ada.

3.8 Analisis Data

Setelah peneliti selesai mengumpulkan data maka langkah selanjutnya yaitu pengelolaan data dengan cara menganalisis data tersebut untuk mendapatkan jawaban dari permasalahan yang diteliti. Analisis data adalah kegiatan mengolah data yang telah dikumpulkan dari responden atau sumber penelitian untuk mendapatkan informasi yang bermanfaat (Sugiyono, 2020, hlm 206).

Maka dari itu, untuk menganalisis data statistik, peneliti menggunakan program SPSS (*Statistical Program for Social Science*). Dalam penelitian ini, data diolah dan dianalisis dengan langkah-langkah sebagai berikut:

3.8.1 Uji Normalitas

Uji Normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang didapat berdistribusi normal atau tidak berdistribusi normal. Penelitian ini menggunakan uji Shapiro-Wilk karena jumlah sample yang digunakan kurang dari 50, jika sampelnya lebih dari 50 maka uji normalitas yang digunakan yaitu Kolomogrov-Smirnov (Esti & Irul, 2017, hlm 8). Cara menarik kesimpulan dalam penelitian ini dilihat pada taraf signifikan α 0.05 dengan penjelasan kriteria berikut:

- a. Jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka data tersebut berdistribusi tidak normal
- b. Jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka data tersebut berdistribusi normal

3.8.2 Uji Homogenitas

Setelah dilakukan uji normalitas dan memenuhi persyaratan uji normalitas yaitu berdistribusi normal, maka dilanjutkan dengan uji homogenitas untuk mengetahui apakah sample yang digunakan merupakan kategori kelompok yang sama (homogen) atau (heterogen). Data homogenitas dalam penelitian ini dilihat pada taraf (P)/signifikan α 0.05 dengan penjelasan kriteria berikut:

- a. Data Tidak Homogen bila nilai P(sig) lebih kecil dari ($<$) 0,05
- b. Data Homogen bila nilai P(sig) lebih besar dari ($>$) 0,05

3.8.3 Uji Paired Sample T-test

Uji *Paired Sample T-test*, yaitu untuk menguji perbedaan rata-rata dua kelompok berpasangan dengan syarat harus berdistribusi normal dan homogen. Namun jika data tersebut tidak berdistribusi normal maka peneliti harus menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* (Nuryadi et al., 2017, hlm 1-10).

Adapun hipotesis dalam uji *Paired Sample t-test* dan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* yaitu dapat dilihat pada taraf signifikan α 0.05 dengan penjelasan kriteria berikut:

- a. Jika nilai Sig.(2-tailed) lebih kecil ($<$) 0,05 maka terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan
- b. Jika nilai Sig.(2-tailed) lebih besar ($>$) 0,05 maka tidak terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan

3.8.4 Uji *Independent Sample T-test*

Uji *Independent T-test*, yaitu menguji perbedaan nilai rata-rata dari dua kelompok sampel yang tidak berpasangan dengan syarat harus berdistribusi normal dan homogen (Putri et al., 2023, hlm 1980). Adapun hipotesis dalam uji *Independent T-test* yaitu dapat dilihat pada taraf signifikan α 0.05 dengan penjelasan kriteria berikut:

- a. Jika nilai Sig.(2-tailed) lebih kecil ($<$) 0,05 maka terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan
- b. Jika nilai Sig.(2-tailed) lebih besar ($>$) 0,05 maka tidak terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan