BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode dan Desain Penelitian

3.1.1 Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Metode penelitian adalah cara atau langkah-langkah sistematis yang digunakan untuk mengumpulkan data atau informasi secara sistematis, terstruktur, dan terorganisir dengan tujuan untuk menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesis. Metode penelitian mencakup prosedur-prosedur yang digunakan dalam merancang studi, mengumpulkan data, menganalisis data, dan pembahasan hasil.

3.1.2 Desain Penelitian

Dalam suatu penelitian perlu adanya desain penelitian yang sesuai dengan variabel-variabel yang terkandung dalam tujuan penelitian dan hipotesis yang akan diuji kebenarannya. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *True-Eksperimental* dengan desain *pretest-posttest control group design.*

Tabel 3. 1 ***Pretest dan Posttest Control Group (Fraenkel and Wallen, 2012)***

Kelompok	***Pre-test***	***Treatment***	***Post-test***
A	Q_1	X_1	Q_2
B	Q_3	X_2	Q_4

Keterangan:

A : Eksperimen

B : Kontrol

Q_1 : *Pretest life skills* sebelum latihan ekstrakurikuler bola voli eksperimen.

Q_2 : *Posttest life skills* setelah latihan ekstrakurikuler bola voli eksperimen.

Q_3 : *Pretest life skills* sebelum latihan ekstrakurikuler bola voli kontrol.

Q_4 : *Posttest life skills* setelah latihan ekstrakurikuler bola voli kontrol.

X_1 : Latihan ekstrakurikuler bola voli terintegrasi *life skills.*

X_2 : Latihan ekstrakurikuler bola voli tidak terintegrasi *life skills.*

3.2 Partisipan

Partisipan yang digunakan dalam penelitian Siswa SD Negeri Sindangwangi yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli.

3.1.3 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SDN Sindangwangi yang berjumlah 45 orang.

3.1.4 Sampel

Sebanyak 38 siswa laki-laki dan perempuan yang bermain voli di SDN Sindangwangi di Kecamatan Situraja, Kabupaten Sumedang, hal ini merupakan sampel untuk penelitian ini yang memenuhi kriteria. Metode *purposive sampling* digunakan dalam penelitian ini untuk memilih partisipan siswa sebagai sampel. *Purposive sampling* adalah metode pencarian sampel yang memerlukan pemikiran yang cermat dan persyaratan atau kriteria khusus dari peneliti (Fraenkel dan Wallen, 2012).

3.3 Instrumen Penelitian

Skala keterampilan hidup olahraga (LSSS), yang diciptakan oleh Cronin, adalah alat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini. Para peneliti dapat menggunakan LSSS sebagai alat ukur untuk mengevaluasi bagaimana keterampilan hidup diperoleh melalui olahraga. Tujuan dalam mengembangkan dan memvalidasi LSSS adalah untuk memberikan banyak manfaat diperlukan upaya untuk menilai secara komprehensif delapan kecakapan hidup (*life skills*) utama yang dimiliki peserta didik melalui olahraga dan untuk mengembangkan skala yang dapat menilai sejauh mana peserta didik merasa bahwa mereka telah mengembangkan delapan kecakapan hidup (*life skills*). Untuk remaja berusia antara 11 dan 12 tahun, instrumen LSSS diciptakan (Cronin, 2017). 47 item pada instrumen LSSS dibagi menjadi delapan keterampilan hidup utama.

Skala Likert dengan lima poin, 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju) adalah alat ukur yang digunakan. Untuk setiap item pernyataan, peneliti menawarkan tanggapan mulai dari Tidak Sama Sekali, Sedikit, Lumayan, Banyak, Sangat Banyak.

Tabel 3. 2 ***Kriteria Penskoran Skala Likert***

Alternatif Jawaban	**Skor Pernyataan**	
	Positif	**Negatif**
Sangat Banyak	5	1
Banyak	4	2
Lumayan	3	3
Sedikit	2	4
Tidak Sama Sekali	1	5

Intrumen penelitian dengan menilai 8 kecakapan hidup (*life skill).*

Jawablah dengan melingkari nomor dibagian kanan.

Tabel 3. 3 ***Instrumen Penelitian***

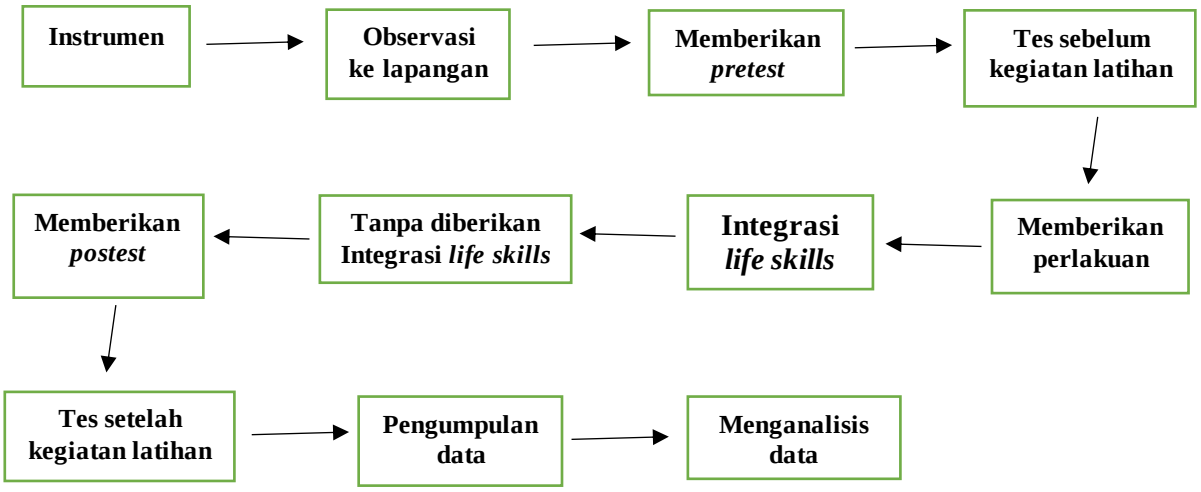
Kerja Tim					
Olahraga yang saya tekuni mengajarkan saya untuk…..	Tidak Sama Sekali	Sedikit	Lumayan	Banyak	Sangat Banyak
Bekerjasama dalam tim/kelompok.	1	2	3	4	5
Membantu anggota tim/kelompok lain melakukan tugas tertentu.	1	2	3	4	5
Menerima saran dari orang lain.	1	2	3	4	5
Bekerjasama dengan orang lain untuk kepentingan tim/kelompok.	1	2	3	4	5
Membantu membangun semangat tim/kelompok.	1	2	3	4	5
Memberikan saran kepada anggota tim/kelompok tentang cara meningkatkan suatu permainan.	1	2	3	4	5
Mengubah cara saya bermain untuk kepentingan tim/kelompok.	1	2	3	4	5
Penetapan tujuan					
Olahraga yang saya tekuni mengajarkan saya untuk…..	Tidak Sama Sekali	Sedikit	Lumayan	Banyak	Sangat Banyak
Membantu saya menetapkan tujuan untuk meningkatkan permainan.	1	2	3	4	5
Memberikan tantangan yang harus dicapai.	1	2	3	4	5
Evaluasi pencapaian tujuan saya.	1	2	3	4	5
Tetapkan tujuan jangka pendek untuk mencapai tujuan jangka panjang.	1	2	3	4	5
Tetap berkomitmen pada tujuan saya.	1	2	3	4	5
Menentukan tujuan dalam latihan.	1	2	3	4	5
Identifikasi suatu tujuan tertentu.	1	2	3	4	5
Manajemen waktu					

Olahraga yang saya tekuni mengajarkan saya untuk…..	Tidak Sama Sekali	Sedikit	Lumayan	Banyak	Sangat Banyak
Mengelola waktu saya dengan baik.	1	2	3	4	5
Evaluasi berapa banyak waktu yang saya habiskan untuk melakukan berbagai aktivitas.	1	2	3	4	5
Mengontrol penggunaan waktu saya.	1	2	3	4	5
Membantu mencapai tujuan sehingga saya dapat menggunakan waktu secara efesien.	1	2	3	4	5
Keterampilan Emosional					
Olahraga yang saya tekuni mengajarkan saya untuk…..	Tidak Sama Sekali	Sedikit	Lumayan	Banyak	Sangat Banyak
Mengetahui bagaimana menangani emosi saya.	1	2	3	4	5
Memahami bahwa saya berperilaku berbeda Ketika saya sedang emosional.	1	2	3	4	5
Memperhatikan perasaan apa yang saya rasakan.	1	2	3	4	5
Menggunakan emosi saya untuk tetap fokus.	1	2	3	4	5
Memperhatikan emosi orang lain.	1	2	3	4	5
Memahami perasaan orang lain.	1	2	3	4	5
Membantu orang lain mengelola emosinya agar tetap fokus.	1	2	3	4	5
Membantu orang lain mengelola emosinya Ketika sesuatu yang buruk terjadi.	1	2	3	4	5
Komunikasi					
Olahraga yang saya tekuni mengajarkan saya untuk…..	Tidak Sama Sekali	Sedikit	Lumayan	Banyak	Sangat Banyak
Berbicara dengan jelas kepada orang lain.	1	2	3	4	5
Memperhatikan apa yang orang lain katakan.	1	2	3	4	5
Memperhatikan apa yang dilakukan orang lain.	1	2	3	4	5
Berkomunikasi dengan baik dengan orang lain.	1	2	3	4	5
Keterampilan sosial					
Olahraga yang saya tekuni mengajarkan saya untuk…..	Tidak Sama Sekali	Sedikit	Lumayan	Banyak	Sangat Banyak
Memulai percakapan.	1	2	3	4	5
Berinteraksi dalam berbagai lingkungan sosial.	1	2	3	4	5
Membantu orang lain tanpa meminta bantuan.	1	2	3	4	5
Berpartisipasi dalam kegiatan kelompok.	1	2	3	4	5
Mengelola pertemanan yang dekat.	1	2	3	4	5

Kepemimpinan					
Olahraga yang saya tekuni mengajarkan saya untuk…..	Tidak Sama Sekali	Sedikit	Lumayan	Banyak	Sangat Banyak
Menetapkan standar tinggi untuk tim/kelompok.	1	2	3	4	5
Mengetahui cara memotivasi orang lain.	1	2	3	4	5
Membantu orang lain memecahkan masalah kineja mereka.	1	2	3	4	5
Menjadi teladan yang baik bagi orang lain.	1	2	3	4	5
Mengatur anggota tim/kelompok untuk bekerjasama.	1	2	3	4	5
Mengakui prestasi orang lain.	1	2	3	4	5
Mengetahui cara mempengaruhi sesuatu kelompok secara positif.	1	2	3	4	5
Mempertimbangkan pendapat setiap anggota/kelompok.	1	2	3	4	5
Pemecahan masalah					
Olahraga yang saya tekuni mengajarkan saya untuk…..	Tidak Sama Sekali	Sedikit	Lumayan	Banyak	Sangat Banyak
Memikirkan suatu masalah secara seksama.	1	2	3	4	5
Membandingkan setiap kemungkinan penyelesaian masalah yang terbaik.	1	2	3	4	5
Membuat kemungkinan pemecahan masalah sebanyak mungkin.	1	2	3	4	5
Mengevaluasi pemecahan untuk suatu masalah.	1	2	3	4	5

3.4 Prosedur Pengumpulan Data

Gambar 3. 1 *Prosedur Pengumpulan Data*



3.4.1 Tahap Persiapan

Tahapan ini diawali dengan penelitian pendahuluan di lapangan. Penelitian pendahuluan bertujuan mengidentifikasi populasi, sampel, dan alokasi penelitian. Setelah melakukan studi pendahuluan, penelitian dilanjutkan mengurus berbagai perizinan penelitian baik di dalam maupun diluar kampus. Setelah memperoleh serangkaian perizinan, peneliti memulai Menyusun rencanan kegiatan untuk melakukan penelitian. Setelah studi pendahuluan dilakukan dilokasi, setiap sampel kemudian diuji. Tujuan dilakukannya tes ini adalah untuk memperoleh data-data yang akan digunakan dalam penelitian, diawali dengan melakukan tes *pres-test* sebelum melakukan kegiatan latihan dan kemudian dilanjutkan pada tes *post-test* setelah melakukan kegiatan latihan. Tujuan dari pengujian ini adalah untuk memperoleh data untuk penelitian, yang kemudian dianalisis dan diolah sesuai dengan prosedur dan teknik pengolahan data yang berlaku untuk memperoleh hasil dan suatu kesimpulan.

3.4.2 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala L*ife Skills Scale Sport* (LSSS) yang dikembangkn oleh (Cronin and Allen 2017). Instumen ini dimulai dari

tes *pretest* sebelum diberikannya kegiatan latihan dan tes *postest* setelah diberikannya kegiatan latihan.

3.4.3 Proses Pengembangan Instumen

Berdasarkan rekomendasi yang menekankan pengujian ulang (Cronin and Allen 2017). Penulis harus menguji terlebih dahulu instrument LSSS sebelum mendistribusikannya ke sampel nyata. Tujuan dari percobaan ini adalah untuk mengukur derajat uji validitas dan uji reliabilitas sehingga diperoleh alat yang memenuhi syarat dan dapat digunakan sebagai alat yang objektif.

Intrumen dalam penelitian harus benar-benar dapat dipercaya kualitasnta sesuai standar penelitian. Pengujian tingkat uji validitas dan uji reliabilitas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Validitas

Syarat utama suatu instrumen penelitian adalah adanya uji validitas dan uji reliabilitas. Uji validitas adalah keakuratan suatu intstrumen (alat ukur) dan mengacu pada apakah instrument yang digunakan benar-benar cocok untuk mengukur objek yang diukur. Untuk menentukan tingkat uji validitas item petanyaan digunakan rumus uji validitas dengan bantuan *Statistical Package For Sosial Science* (SPSS) dengan cara sebagai berikut:

1) Buka pogram SPSS klik pada tampilan variabel view, selanjutnya pada bagian name tulis dan skor total.
2) Decimal semua diubah menjadi 0.
3) Setelah itu, klik "Data View" dan masukkan semua data dari skala.
4) Selanjutnya dari menu utama SPSS, pilih menu *Analyze* klik *Correlate* dan klik *Bivariate*.
5) Akan muncul kota dialog nama "*Bivariate Correlations"* masukkan semua variabel pada kotak dialog lain dengan cara memilihnya semua variabel dan mengklik tanda panah.
6) Pada *Correlatiom Coefficients* pilih *Perason*, lalu untuk kolom *Test of significant* pilih *Two-tailed* dan centang *pada Flag Correlatiom Coefficients*.
7) Klik Ok.

8) Setelah selesai maka akan muncul tampilan output SPSS dan diiterpretasikan.
9) Berdasarkan nilai signifikan r tabel = jumlah responden dan nilai signifikan 5%, jika nilai r hitung > r tabel maka soal tersebut dinyatakan valid, jika nilai r hitung < r tabel, maka soal tersebut dinyatakan tidak valid.
10) Berdasarkan tanda bintang SPSS, jika terdapat tanda bintang pada nilai dalam output, berarti terdapat korelasi yang signifikan antara variabel yang berhubungan.

Tabel 3. 4 *Uji Validitas*

Item	Nilai *Pearson Correlation*	Nilai r tabel	Keterangan
1	0,692	0,329	Valid
2	0,554	0,329	Valid
3	0,662	0,329	Valid
4	0,484	0,329	Valid
5	0,708	0,329	Valid
6	0,679	0,329	Valid
7	0,760	0,329	Valid
8	0,609	0,329	Valid
9	0,414	0,329	Valid
10	0,624	0,329	Valid
11	0,555	0,329	Valid
12	0,570	0,329	Valid
13	0,634	0,329	Valid
14	0,371	0,329	Valid
15	0,690	0,329	Valid
16	0,449	0,329	Valid
17	0,791	0,329	Valid
18	0,530	0,329	Valid
19	0,677	0,329	Valid
20	0,406	0,329	Valid
21	0,807	0,329	Valid
22	0,291	0,329	Tidak Valid
23	0,423	0,329	Valid
24	0,565	0,329	Valid
25	0,482	0,329	Valid
26	0,817	0,329	Valid
27	0,692	0,329	Valid
28	0,677	0,329	Valid
29	0,471	0,329	Valid
30	0,673	0,329	Valid
31	0,749	0,329	Valid
32	0,702	0,329	Valid
33	0,705	0,329	Valid
34	0,745	0,329	Valid
35	0,800	0,329	Valid
36	0,710	0,329	Valid
37	0,703	0,329	Valid
38	0,837	0,329	Valid
39	0,765	0,329	Valid
40	0,642	0,329	Valid
41	0,607	0,329	Valid
42	0,613	0,329	Valid
43	0,771	0,329	Valid
44	0,694	0,329	Valid
45	0,783	0,329	Valid
46	0,192	0,329	Tidak Valid
47	0,541	0,329	Valid

Pada uji validitas ada dua item pernyataan yang tidak valid dari 47 item pernyataan total setelah uji validitas selesai. Oleh karena itu, item pernyataan tidak berlaku untuk penyelidikan ini. Selanjutnya, dilakukan uji reliabilitas.

2. Reliabilitas
    1) Buka program SPSS, klikpada tampilan Variabel View, selanjutnya pada bagian name tulis skor total.
    2) Ubah semua decimals menjadi angka 0.
    3) Klik pada tampilan Data View dan masukkan semua data dari skala.
    4) Selanjutnya dari menu utama SPSS, pilih menu *Analyze,* klik *Scale* lalu klik *Reliability*.
    5) Muncul kotak dialog dengan nama "*Reliability Analysis*" masukan semua variabel kecuali skor total pada kotak dialog lain dengan memilih semua variabel dan klik tanda panah.
    6) Klik *Statistics* dan centang *Scale if item deleted* jika item telah dihapus.
    7) Klik *Continue*, lalu klik Ok untuk mengakhiri perintah.
    8) Tampilan output SPSS akan muncul dan ditafsirkan setelah selesai. Instrumen dianggap reliabel jika nilai alfa > tabel r, dan tidak reliabel jika nilai alfa < tabel r. Pertama, lihat nilai alfa yang ditunjukkan dalam hasil output SPSS. Selanjutnya, bandingkan dengan tabel r (tabel r = n dan nilai signifikansinya adalah 5%).

Tabel 3. 5 *Uji Reliabilitas*

Cronbach's Alpha	N of Items
.965	47

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh bahwa nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,965 > 0,70. Maka dapat disimpulkan bahwa data reliabel.

Tabel 3. 6 ***Program Latihan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol***

Kegiatan	Eksperimen	Kontrol
Pendahuluan	1. Berbaris, membaca do'a 2. Pemanasan 3. Penyampaian materi *life skills* yang akan dilakukan pada kegiatan latihan ekstrakurikuler aktivitas bola voli. Alokasi waktu: 15 menit	1. Berbaris, membaca do'a 2. Pemanasan 3. Penyampaian materi Alokasi waktu: 15 menit
Inti	1. Menjelaskan secara detail bagaimana latihan ekstrakurikuler bola voli yang akan dilakukan. 2. Siswa melakukan latihan yang telah diintegrasikan dengan *life skills*. 3. Guru selalu mengingatkan tentang keterampilan *life skills* yang diajarkan. Alokasi waktu: 60 menit	1. Menjelaskan secara detail bagaimana latihan ekstrakurikuler bola voli yang akan dilakukan. 2. Siswa melakukan latihan. Alokasi waktu: 60 menit
Penutup	1. Pendinginan dan pelemasan. 2. Evaluasi. 3. Guru menanyakan tentang keterampilan *life skills* yang telah dilakukan, apa saja yang telah diperlajari selama latihan berlangsung. 4. Berdo'a. Alokasi waktu: 15 menit	1. Pendinginan dan pelemasan. 2. Evaluasi. Alokasi waktu: 15 menit

Tabel 3. 7 *Program Latihan Integrasi Life Skills*

Pertemuan ke	Bentuk Aktivitas	Waktu	Program Integrasi *life skills*
1	Mengisi angket	1x30 menit	*Pre-test*
2	Melakukan latihan yang menggambarkan perilaku kerjasama tim, dengan membagi siswa menjadi beberapa kelompok yang masing-masing beranggotakan 6 siswa. Siswa melakukan passing bawah dan passing atas. Setelah itu semua siswa membentuk lingkaran, kemudian siswa melakukan passing bawah dan passing atas untuk memastikan bola tidak jatuh.	2x30 menit	Kerjasama Tim
3	Melakukan latihan yang menggambarkan tentang penetapa tujuan, bentuk latihannya yaitu siswa melakukan sevice bawah atau service atas dengan melewat net, siswa mempunyai kesempatan service bawah atau service atas ke kotak lapangan yang sudah diberikan nomor sebelumnya dengan melakukan service sebanyak 3x kesempatan, setelah selesai service maka dijumlahkan.	2x30 menit	Penetapan Tujuan
4	Melakukan latihan yang menggambarkan tentang manajemen waktu. Bentuk latihannya adalah setiap siswa mengoper bola dengan passing bawah ke dinding. Batas waktu yang diberikan adalah 1 menit, siswa menghitung berapa kali melakukan passing.	2x30 menit	Manajemen Waktu
5	Melakukan latihan yang menggambarkan tentang kecakapan emosional, bentuk latihannya adalah siswa dibagi menjadi beberapa kelompok, masing-masing kelompok beranggotakan 6 orang, dan tim pertama dan tim kedua melakukan pertandingan dengan aturan yaitu setiap siswa tidak bola menyemash bola kearah lawan, hanya dianjurkan untuk mempassing bola yang dibatasai yaitu 3 sentuhan setiap kelompok tim.	2x30 menit	Keterampilan Emosional
6	Melakukan latihan yang menggambarkan perilaku kerja sama tim, bentuk latihannya yaitu siswa dibagi menjadi beberapa kelompok, setiap kelompok berisi 6 orang. Siswa melakukan passing bawah, dan passing atas. Setelah itu seluruh siswa	2x30 menit	Kerjasama Tim

	membentuk lingkaran kemudian siswa melakukan passing bawah dan passing atas dengan bola tidak jatuh.		
7	Melakukan latihan yang menggambarkan tentang komunikasi, bentuk latihan yaitu seluruh siswa membuat lingkaran besar, ada 2 sampai 3 siswa yang memegang bola di tengah lingkaran. Tugas siswa yang didalam yaitu,melempar bola kepada siswa yang sudah membetuk lingkaran, tetapi sebelum siswa itu melempar dengan mempassing bawah oleh siswa tersebut, pelempar bola harus memanggil nama orang yang akan dioper, siswa diberikan kesempatan 3x untuk mempassing bawah bola tersebut.	2x30 menit	Komunikasi *Interpersonal*
8	Melakukan latihan yang menggambarkan tentang keterampilan sosial yaitu siswa dibagi menjadi beberapa kelompok, setiap kelompok berisi 6 orang, dengan membentuk kelompok dari beragam latar belakang keterampilan sosial, setiap anggota tim merasa diterima dan dihargai. Setiap siswa per kelompok melakukan passing bawah berhadapan dengan melakukan passing bawah 30 detik.	2x30 menit	Keterampilan sosial
9	Melakukan latihan yang menggambarkan perilaku kepemimpinan yang telah bekerjasama dengan tim, bentuk latihannya yaitu siswa dibagi menjadi beberapa kelompok, setiap kelompok berisi 6 orang. Siswa melakukan passing bawah, passing atas dengan diberikan bola oleh pemimpin, dengan melakukan bergantian. Hal ini untuk memberikan siswa kesempatan untuk menjadi koordinator latihan dengan belajar mengelola dan memimpin kelompok.	2x30 menit	Kepemimpinan
10	Melakukan latihan yang menggambarkan perilaku kerja sama tim, bentuk latihannya yaitu siswa dibagi menjadi beberapa kelompok, setiap kelompok berisi 6 orang. Siswa melakukan passing bawah, dan passing atas. Setelah itu seluruh siswa membentuk lingkaran kemudian siswa melakukan passing bawah dan passing atas dengan bola tidak jatuh.	2x30 menit	Kerjasama Tim
11	Melakukan latihan yang menggambarkan tentang pemecahan masalah dan pengambilan keputusan, bentuk latihannya yaitu siswa di bagi menjadi beberapa kelompok, kelompok 1 tugasnya menyerang dan menyetak gol kearah lawan dengan bola tiga sentuhan	2x30 menit	Pemecahan masalah dan pengambilan keputusan

	dan kelompok 2 tugasnya bertahan agar tidak kebobolan bola, Siswa diberikan waktu 2 menit, setelah selesai maka bergantian kelompok. Pertukar posisi dari yang menyerang menjadi bertahan, juga sebaliknya.		
12	Melakukan latihan yang menggambarkan tentang kerjasama tim, penetapan tujuan, manajemen waktu, keterampilan emosional, komunikasi, keterampilan sosial, kepemimpinan dan pemecahan massalah yang telah diajarkan minggu sebelumnya.	2x30 menit	Kepemimpinan, pemecahan masalah, komunikasi, keterampilan emosional, penetapan tujuan, manajemen waktu, kerja tim, dan keterampilan sosial.
13	Melakukan latihan yang menggambarkan tentang kerjasama tim, penetapan tujuan, manajemen waktu, keterampilan emosional, komunikasi, keterampilan sosial, kepemimpinan dan pemecahan massalah yang telah diajarkan minggu sebelumnya.	2x30 menit	Kepemimpinan, pemecahan masalah, komunikasi, keterampilan emosional, penetapan tujuan, manajemen waktu, kerja tim, dan keterampilan sosial.
14	Melakukan latihan yang menggambarkan perilaku kerja sama tim, bentuk latihannya yaitu siswa dibagi menjadi beberapa kelompok, setiap kelompok berisi 6 orang. Siswa melakukan passing bawah, dan passing atas. Setelah itu seluruh siswa membentuk lingkaran kemudian siswa melakukan passing bawah dan passing atas dengan bola tidak jatuh.	2x30 menit	Kerjasama Tim
15	Melakukan latihan yang menggambarkan tentang kerjasama tim, penetapan tujuan, manajemen waktu, keterampilan emosional, komunikasi, keterampilan sosial, kepemimpinan dan pemecahan massalah yang telah diajarkan minggu sebelumnya.	2x30 menit	Kepemimpinan, pemecahan masalah, komunikasi, keterampilan emosional, penetapan tujuan, manajemen waktu, kerja tim, dan keterampilan sosial.
16	Mengisi angket	1x30 menit	*Post-test*

Salah satu langkah dalam proses pengolahan data dalam penelitian adalah pengolahan dan analisis data, yang melibatkan data standar menjadi ringkasan. Data *pretest-posttest* terdiri dari data penelitian. Metode pengumpulan data melibatkan

pengamatan langsung di lapangan, dengan *pretest* yang diberikan, perlakuan diberikan kepada kelompok yang menerima integrasi keterampilan hidup (*life skills*), serta kelompok yang tidak menerima integrasi kecakapan hidup (*life skills*), sebuah *posttest* kemudian diberikan setelah latihan. Peneliti melakukan penelitian selama 16 pertemuan.

3.5 Analisis Data

Banyak data pendukung, baik internal maupun eksternal, diperlukan untuk membenarkan kebutuhan analisis data dalam penelitian ini. Metode ini digunakan untuk mengumpulkan data-data yang diperlukan, khususnya menguji kelompok tanpa integrasi kecakapan hidup (*life skills*) melalui kegiatan ekstrakurikuler untuk memastikan pengaruh integrasi kecakapan hidup (*life skills*). Perangkat lunak SPSS untuk *Windows* digunakan dalam penelitian ini untuk membantu pengumpulan data, metode pemrosesan data, dan analisis data. Berikut ini adalah langkah-langkah yang digunakan dalam analisis data penelitian ini:

3.5.1 Uji Asumsi Statistik

Pengujian untuk memastikan data yang digunakan dalam analisis statistik memenuhi asumsi yang dibutuhkan oleh pendekatan statistik tertentu dikenal sebagai pengujian asumsi statistik. Karena dapat menghasilkan kesimpulan yang dapat diandalkan dalam analisis statistik, asumsi ini signifikan.

3.5.1.1 Uji Normalitas Data

Prosedur statistik yang disebut "uji normalitas data" digunakan untuk menentukan apakah pola distribusi data normal atau tidak. Mencari tahu apakah proses data didistribusikan secara teratur menjadi lebih mudah dengan menggunakan uji normalitas. Tes *Shapiro-Wilk* digunakan dalam penyelidikan ini untuk menilai normalitas data. Salah satu metode yang paling sering digunakan untuk menentukan apakah distribusi data normal adalah tes *Shapiro-Wilk*. dengan asumsi ukuran sampel kecil. Menggunakan format nilai probabilitas (*p*) atau signifikansi (*sig*) dan derajat kebebasan (*dk*) $a = 0{,}05$.

Hipotesis:

H_0: Jika distribusi data normal.

H_1: Jika data tidak mengikuti distribusi normal.

Dengan membuat keputusan berikut:

Data dianggap normal jika nilai sig > lebih besar dari 0,05.

Nilai sig < kurang dari 0,05 menunjukkan bahwa data tidak normal.

3.5.1.2 Uji Homogenitas

Homogenitas varian sangat penting dalam analisis statistik, terutama ketika uji-*t* atau analisis varians digunakan untuk membandingkan mean antar kelompok data. Uji homogenitas varian adalah pengujian statistik yang dilakukan untuk menentukan apakah variabilitas atau varians dari masing-masing kelompok data adalah sama. Mungkin ada kemungkinan bahwa hasil pengujian statistik tidak akurat jika tidak ada homogenitas varian. Analisis data dapat dilakukan oleh peneliti jika asumsi homogenitas. *Uji Levene* dengan nilai $p > 0,05$ digunakan sebagai uji homogenitas dalam penyelidikan ini.

3.5.1.3 Uji Hipotesis

Hipotesis adalah asumsi atau anggapan mengenai parameter atau fenomena populasi yang sedang diselidiki. Perhitungan sampel berpasangan uji-*t* digunakan oleh peneliti. Peneliti kemudian menggunakan uji *t* sampel *independen* untuk melakukan uji perbedaan.

H_0 : Tidak dapat mempengaruhi kecakapan hidup (*life skills*) siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SD Negeri Sindangwangi.

H_1 : Di SD Negeri Sindangwangi, integrasi kecakapan hidup (*life skills*) berpengaruh pada kecakapan hidup (*life skills*) siswa dalam ekstrakurikuler bola voli.

Dalam pengujian statistik, ada dua jenis hipotesis: hipotesis alternatif (H_1) dan hipotesis nol (H_0). Hipotesis alternatif menunjukkan bahwa ada efek yang signifikan, sedangkan hipotesis nol menyiratkan status atau tidak adanya efek atau perbedaan antar kelompok atau kondisi. Di sisi lain, hipotesis alternatif berpendapat bahwa ada perbedaan atau efek yang patut dicatat antara kelompok-kelompok. Berdasarkan data yang diamati, uji statistic digunakan untuk menguji hipotesis nol.