

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Subjek / Populasi dan Sampel Penelitian

1. Tempat dan Waktu Penelitian

a. Tempat Penelitian

Penulis mengambil lokasi penelitian ini di SMPN 1 Lembang. Penulis memilih SMPN 1 Lembang dikarenakan menurut guru penjas di SMP tersebut sejauh ini belum pernah ada penelitian yang berkaitan dengan pembelajaran penjas yang dilakukan di SMP tersebut.

b. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi kelas VIII tahun ajaran 2014/2015. Peneliti memilih subyek tersebut berdasarkan atas kebutuhan penelitian itu sendiri dan berdasarkan atas situasi dan kondisi sekolah tersebut dengan tujuan agar lebih memudahkan dalam pelaksanaan penelitian karena siswa-siswi kelas VIII telah memiliki cukup pemahaman dan lebih kooperative untuk kebutuhan penelitian ini dibandingkan dengan kelas rendah. Selain itu pemilihan subjek tersebut atas dasar saran dan masukan-masukan guru penjas dan guru-guru di sekolah tersebut sehingga peneliti memutuskan untuk mengambil subjek penelitian akan di lakukan pada kelas VIII.

c. Waktu penelitian

Waktu untuk pemberian perlakuan selama penelitian adalah selama dua bulan yang dilaksanakan pada bulan Desember – Januari. Waktu pembelajarannya di laksanakan setiap satu minggu dua kali. Lama waktu penelitiannya yaitu 60 menit setiap pertemuannya. Dimana dalam satu minggu itu sekali pertemuan pada saat jam pelajaran dan yang kedua pada saat di luar jam pelajaran. Dalam melakukan treatment peneliti memerlukan 12 kali pertemuan yang didalamnya terdapat 2 kali pertemuan untuk pre-test dan post-tes.

2. Populasi dan Sampel Penelitian

a. Populasi

Dalam melakukan sebuah penelitian, seorang peneliti harus menentukan terlebih dahulu populasi yang akan dijadikan sebagai sumber data untuk keperluan penelitiannya, populasi tersebut dapat berbentuk manusia, benda-benda alam, nilai-nilai dokumen dan peristiwa yang dapat dijadikan objek penelitian.

Sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2013, hlm.117) populasi adalah “wilayah generalisasi yang terdiri atas objek dan subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Sesuai dengan pendapat di atas populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi kelas VIII yang berjumlah 252 orang. Peneliti memilih populasi tersebut berdasarkan pertimbangan waktu, tempat, sarana dan prasarana serta atas dasar kesepakatan dengan guru PJOK SMPN 1 Lembang tersebut.

b. Sampel Penelitian

Sampel merupakan sebagian atau bertindak sebagai perwakilan dari populasi sehingga hasil penelitian yang berhasil diperoleh dari sampel dapat di generalisasikan pada populasi. Sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2013, hlm. 118) sampel adalah “bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.” Jadi sampel merupakan perwakilan atau bagian dari jumlah kelompok dengan karakteristik tertentu yang dimiliki oleh populasi. Sampel yang baik kesimpulannya dapat dikenakan kepada populasi (representatif).

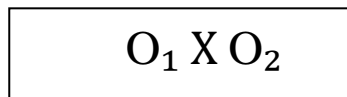
Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan oleh peneliti yaitu teknik *random sampling*. Menurut Sugiyono (2013, hlm. 82) *random sampling* adalah “dikatakan simple (sederhana) karena pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan starta yang ada dalam populasi itu. Cara demikian dilakukan bila anggota populasi dianggap homogen

Penggunaan sampel dalam penelitian ini yaitu siswa kelas VIII SMPN 1 Lembang dengan jumlah 40 orang.

B. Desain Penelitian

Desain penelitian adalah kerangka kerja yang digunakan untuk melaksanakan penelitian. Pola desain penelitian dalam setiap disiplin ilmu memiliki kekhasan masing-masing. Namun prinsip-prinsip umumnya memiliki banyak kesamaan. Desain penelitian memberikan gambaran tentang prosedur untuk mendapatkan informasi atau data yang diperlukan untuk menjawab seluruh pertanyaan penelitian.

Desain penelitian eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian *one-group pretest-posttest design* yang terdapat di dalam *pre-eksperimental design (nondesign)*. Dari sampel yang telah ditentukan kemudian dilakukan *pretest* untuk mengetahui kemampuan awal siswa yaitu nilai keterampilan gerak dasarnya. Setelah mendapatkan hasil *pretest* kemudian diberi *treatment* permainan bola kecil (Kasti, Bola Bakar, dan *Rounders*). Lalu untuk mengetahui bagaimana permainan softball ini dapat mempengaruhi keterampilan gerak dasar siswa sekolah menengah pertama pada mata pelajaran pendidikan jasmani dilakukan *posttest*. Dibawah ini adalah gambar *one-group pretest-posttest design* :



Desain penelitian one- group pretest-posttest design

Sumber : Sugiyono : 2012

Keterangan:

O_1 = Nilai pretest (sebelum diberikan treatment)

O_2 = Nilai posttest (sesudah diberikan treatment)

X = Treatment

C. Metode Penelitian

Metode yang tepat diperlukan untuk menunjang tercapainya tujuan dalam melakukan suatu penelitian. Metode adalah suatu cara atau jalan yang ditempuh untuk membantu dalam mengungkapkan suatu permasalahan. Sugiyono (2013, hlm. 3) : “Metode penelitian

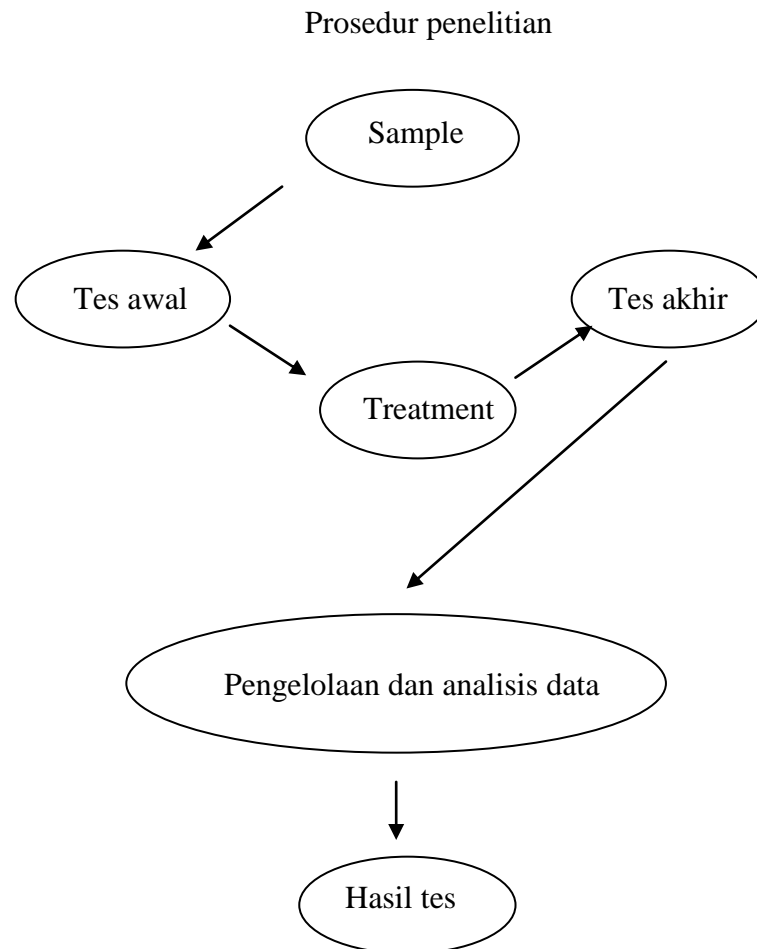
diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.” Hal ini berarti metode penelitian mempunyai kedudukan yang penting dalam pelaksanaan pengumpulan data apalagi dalam hal pendidikan yang sangat penting bagi kelangsungan suatu bangsa. Dalam hal ini Sugiyono (2013, hlm. 6) memaparkan lebih rinci tentang metode penelitian bahwa :

Metode penelitian pendidikan dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan, dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah dalam bidang pendidikan.

Efektif tidaknya suatu metode dilihat dari penggunaan waktu, fasilitasnya, biaya, dan tenaga kerja yang digunakan sehemat mungkin tetapi mencapai hasil yang maksimal. Suatu metode dikatakan efektif apabila penggunaannya sesuai dengan apa yang ditelitinya. Begitu pula sebaliknya suatu metode dapat juga menjadi tidak efektif bila tidak tepat dalam penggunaannya. Hasil penelitian yang telah dilakukan pun pasti akan rancu bila tidak tepat dalam pemilihan metodenya.

Metode penelitian yang di gunakan penulis untuk mengungkapkan permasalahan dalam penelitian ini adalah dengan metode penelitian eksperimen. Sugiyono (2011, hlm. 72) mengemukakan bahwa “Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali”. Selanjutnya Sugiyono (2011, hlm 73) membagi jenis penelitian eksperimen berdasarkan desain menjadi empat jenis, yaitu *Pre-experimental Design*, *True experimental Design*, *Factorial Design*, dan *Quasi Experimental Design*. Dari ke empat jenis desain penelitian tersebut, peneliti menggunakan pendekatan desain *Pre-experimental Design*

D. Alur Penelitian



Sumber : Diolah penulis

E. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Suatu konsep mengenai variabel yang sama dapat saja memiliki definisi operasional yang lebih dari satu dan berbeda-beda antara penelitian yang satu dengan yang lainnya. Jadi, suatu definisi operasional haruslah memiliki sebuah keunikan. Menurut Nazir (2005) dalam [http://a-research.upi.edu/operator/upload /sadp030002chapter3.pdf](http://a-research.upi.edu/operator/upload/sadp030002chapter3.pdf) definisi operasional adalah “suatu definisi yang diberikan kepada variabel atau konstruk dengan cara memberikan arti,

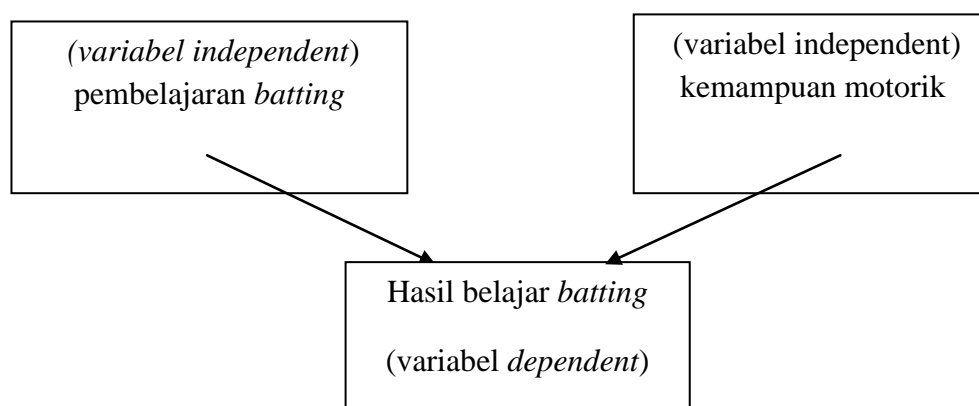
Rifki Maulana, 2015

PENGARUH PEMBELAJARAN BATTING DAN KEMAMPUAN MOTORIK TERHADAP HASIL BELAJAR BATTING DALAM PERMAINAN SOFTBALL

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

atau menspesifikasikan kegiatan yang diperlukan untuk mengukur konstruk atau variabel tersebut.” Kemudian definisi operasional juga diperlukan untuk menghindari kekeliruan dalam memahami permasalahan, perlu adanya penjelasan mengenai istilah-istilah yang ada dalam variabel penelitian, antara lain :

Penelitian ini mempunyai tiga variabel, yaitu sebagai variabel pertama pembelajaran *batting* (*variabel independent*), kemampuan motorik (*variabel independent*) dan hasil belajar *batting* sebagai variabel kedua (*variabel dependent*).



Adapun definisi operasional dari dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari suatu (orang, benda, dan sebagainya) yang berkuasa atau berkekuatan. (W.J.S Poerwadarminta dalam Kamus Bahasa Indonesia, 2008).
2. Kemampuan Motorik adalah sebagai kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak. (Gagne.M.Robert, 1981),
3. Pembelajaran merupakan kerangka-kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar *batting*. (Burder & Byrd, 1999)

1. Pendidikan Jasmani

Menurut Mahendra (2012, hlm. 21), “Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan.”

2. Pembelajaran

Menurut Djuju Sudjana (2008, hlm.8) mengungkapkan pengertian pembelajaran adalah “Pembelajaran dapat diberi arti sebagai upaya yang sistematis dan disengaja oleh pendidik untuk menciptakan kondisi-kondisi agar peserta didik melakukan kegiatan belajar. Dalam kegiatan ini terjadi interaksi edukatif antara dua pihak yaitu antara peserta didik (siswa, peserta didik, pelatihan, dll) yang melakukan kegiatan belajar dengan pendidik (guru, tutor, pelatih dll) yang melakukan kegiatan pembelajaran”.

3. Permainan Bola Kecil

Permainan Bola Kecil adalah permainan yang memakai bola berukuran kecil (Ajang dkk. 2010, hlm. 26) . Terdapat banyak jenis permainan bola kecil seperti *baseball*, *kasti rounders*, *kasti* , tetapi peneliti hanya menggunakan pembelajaran *batting tee*, *tosball*, lempar samping dalam pembelajaran softball.

4. Keterampilan

Pengertian keterampilan menurut Yudha dan Rudhyanto (2005, hlm.7) “Keterampilan adalah kemampuan anak dalam melakukan berbagai aktivitas seperti motorik, berbahasa, sosial-emosional, kognitif, dan afektif (nilai-nilai moral)”.

5. Gerak Dasar

Menurut Sukintaka (1991, hlm.16) gerak dasar adalah “Kekuatan otot, kelentukan otot, daya tahan otot setempat, dan daya tahan kardiovaskular”. Keterampilan koordinasi motorik kasar meliputi kegiatan seluruh tubuh atau sebagian tubuh. Keterampilan koordinasi motorik kasar mencakup ketahanan, kecepatan, kelenturan, ketangkasan, keseimbangan dan kekuatan. Keterampilan koordinasi motorik kasar dapat dibagi kedalam tiga kelompok yaitu: Keterampilan lokomotor, Keterampilan non lokomotor, dan

Keterampilan manipulatif/memproyeksi. Menurut Awi Muhadi Wijaya (2009: 73) definisi keterampilan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Keterampilan lokomotor meliputi gerak tubuh yang berpindah tempat yaitu: berjalan, berlari, melompat, meluncur, berguling, menderap, menjatuhkan diri, dan bersepeda. Keterampilan lokomotor membantu mengembangkan kesadaran anak akan tubuhnya dalam ruang. Kesadaran ini disebut kesadaran persepsi motorik yang meliputi kesadaran akan tubuh sendiri, waktu, hubungan ruang (spasial), konsep arah, visual dan pendengaran. Kesadaran ini akan terlihat dari usaha anak meniru gerakan-gerakan anak lain atau gurunya.
2. Keterampilan non lokomotor, yaitu menggerakkan anggota tubuh dengan posisi tubuh diam di tempat seperti: berayun, mengangkat, bergoyang, merentang, memeluk, melengkung, memutar, membungkuk, mendorong. Keterampilan ini sering di kaitkan dengan keseimbangan atau kestabilan tubuh, yaitu gerakan yang membutuhkan keseimbangan pada taraf tertentu.
3. Keterampilan manipulatif, meliputi penggunaan serta pengontrolan gerakan otot-otot kecil yang terbatas, terutama yang berada di tangan dan kaki. Keterampilan gerakan manipulatif, antara lain meregang, memeras, menarik, menggegam, memotong, meronce, membentuk, menggantung dan menulis. Keterampilan memproyeksi, menangkap dan menerima. Keterampilan ini dapat dilihat pada waktu anak menangkap bola, menggiring bola, melempar bola , menendang bola, melambungkan bola, memukul dan menarik.

Sedangkan menurut Schmidt dalam Sinulingga (2000, hlm.21) menjelaskan bahwa :
“motor learning is a set of processes associated with prctica or experience leading to relatively permanent changes in the capability for skilled performance.” Maksudnya belajar keterampilan gerak merupakan seperangkat proses yang bertalian dengan latihan atau pengalaman yang mengantarkan ke arah perubahan dalam kapabilitas untuk bereaksi dalam situasi tertentu. Menurut Lutan (1988, hlm.94),” jika suatu keterampilan dipandang

sebagai aksi motorik atau pelaksanaan suatu tugas, maka keterampilan itu akan terdiri dari sejumlah respons motorik dan persepsi yang diperoleh melalui belajar”.

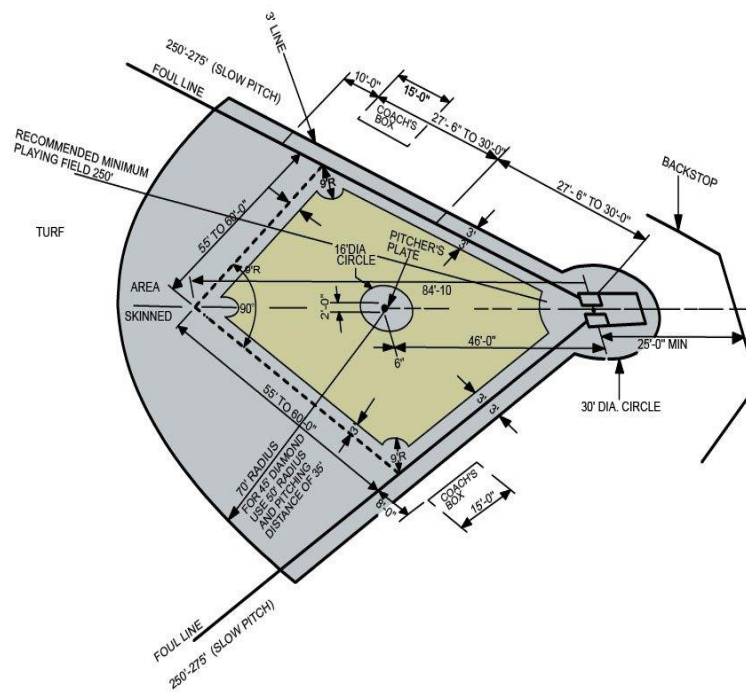
F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan sebuah alat pengumpul data. Menurut Sudjana dan Ibrahim (2009, hlm.99) mengemukakan bahwa instrument dibedakan menjadi beberapa jenis , antara lain 1) Tes, 2) Skala pengukuran, 3) observasi, dan 4) sosiometri. Dalam penelitian ini penulis menggunakan tes sebagai alat pengumpulan datanya. Menurut Sudjana dan Ibrahim (2009, hlm.100) bahwa:

Tes adalah alat ukur yang diberikan kepada individu untuk mendapatkan jawaban-jawaban yang diharapkan baik secara tertulis atau secara lisan atau secara perbuatan, (tes tulisan, lisan, tindakan). Hasil pengukuran biasanya berupa data kuantitatif (sebagian besar) bisa pula berupa data kualitatif. Data kuantitatif dari alat ukur ini umumnya data interval, sehingga dapat diperoleh dengan teknik-teknik statistika. Ada dua jenis tes, yaitu tes prestasi belajar (*achievement test*) dan tes intelegensi/bakat/kecerdasan.

G. Tes Keterampilan Memukul

Untuk mengetahui keberhasilan siswa dalam belajar di butuhkan penelitian yaitu melalui tes seperti yang di sampaikan Nurhasan (2007, hlm. 3) “tes merupakan alat ukur digunakan untuk memperoleh data yang obyektif tentang hasil belajar siswa” dalam pelaksanaan penelitian menggunakan tes *Fungo Batting*.



Sumber : google.com

Table 3.1
Petunjuk Penilaian Productive Hitting

No.	Produktifitas Hitting	Nilai
1.	<ul style="list-style-type: none"> • Swing gagal • Takes (melepas) bola strike ketiga • Foul tip 	0
2.	Swing foul ball (ground fly) <ul style="list-style-type: none"> • Ke arah backstop (langsung) • Ke daerah dugout 1 – dugout 3 	1
3.	<ul style="list-style-type: none"> • Swing foulball (ground/fly) tidak jauh dari dugout • Hit popfly ball di daerah infield (fair/foul) 	2
4.	<ul style="list-style-type: none"> • Swing and hits fair ground ball (lemah) • Hits humpback line drive (agak melengkung) ke Fair teritori di depan outfielders 	3
5.	<ul style="list-style-type: none"> • Swing and hits ground ball – fair (keras) • Hits long fly ball (cukup keras) • Hits line drive fuol ball yang jatuh dekat foul line 	4
6.	<ul style="list-style-type: none"> • Swing and hits line drive baik menyusur di tanah maupun udara • Hits home run 	5

Setiap orang atau subjek diberikan kesempatan 5 kali memukul

Adapun pelaksanaan tes *fungo bat* adalah sebagai berikut :

Subjek berdiri dalam satu batter box sambil memegang batt dan bola kemudian ia melambungkan bola tersebut anantara lutut sampai kepala, tangan kiri memegang bat dan tangan kanan melambungkan bola dengan segera ia memukul bola itu kearah *outfielder*. Setiap orang diberikan 5 kali kesempatan memukul, nilai 5 kali pukulan tersebut kemudian dijumlahkan.

Prosedur pelaksanaan tes adalah sebagai berikut :

1. Bahan dan perlengkapan tes
 - a. Lapangan
 - b. Bola softball
 - c. *Batt* atau pemukul
 - d. *Counts*
 - e. Meteran
2. Pelaksanaan tugas
 - a. Seorang mencatat angka, menghitung repetisi pukulan dan merangkap sebagai pengamat pukulan terhadap pukulan yang sah
 - b. Seorang sebagai pembantu member bola untuk melakukan pukulan
 - c. Seorang mengambil bola.
3. Program pembelajaran keterampilan memukul

Table 3.2

Program Pembelajaran Memukul Bola dalam Permainan Softball

Minggu	Pertemuan	Materi kegiatan	Keterangan
1	1-2	<ul style="list-style-type: none"> ○ Pendahuluan Berisi pemanasan berupa peregangan statis lari keliling lapangan dan peregangan dinamis (10menit). ○ Inti Setiap orang melakukan pembelajaran memukul sebanyak 45x dengan rincian : <i>Batting tee</i> : 15 repetisi x 3 set Istirahat 20detik /set. 	Pemanasan dipimpin oleh salah satu seorang siswa, pengajar memperagakan bentuk pembelajaran, mengoreksi kesalahan dan mengawasi

		<ul style="list-style-type: none"> ○ Penutup Berisi gerakan pelepasan lari keliling lapangan dan evaluasi kegiatan (10menit). 	kegiatan pembelajaran.
2	3-4	<ul style="list-style-type: none"> ○ Pendahuluan Berisi pemanasan berupa peregangan statis lari keliling lapangan dan peregangan dinamis (10menit). ○ Inti Setiap orang melakukan pembelajaran memukul sebanyak 51x dengan rincian : <i>Batting tee</i> : 17 repetisi x 2 set <i>Toss ball</i> 17 repetisi x 1 set Istirahat 20detik /set. ○ Penutup Berisi gerakan pelepasan lari keliling lapangan dan evaluasi kegiatan (10menit). 	Pemanasan dipimpin oleh salah satu seorang siswa, pengajar memperagakan bentuk pembelajaran, mengoreksi kesalahan dan mengawasi kegiatan pembelajaran.
3	5-6	<ul style="list-style-type: none"> ○ Pendahuluan Berisi pemanasan berupa peregangan statis lari keliling lapangan dan peregangan dinamis (10menit). ○ Inti Setiap orang melakukan 	Pemanasan dipimpin oleh salah satu seorang siswa, pengajar memperagakan bentuk

		<p>pembelajaran memukul sebanyak 56x dengan rincian :</p> <p><i>Toss ball</i> 14 repetisi x 4 set</p> <p>Istirahat 20detik /set.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Penutup <p>Berisi gerakan pelepasan lari keliling lapangan dan evaluasi kegiatan (10menit).</p>	<p>pembelajaran, mengoreksi kesalahan dan mengawasi kegiatan pembelajaran.</p>
4	7-8	<ul style="list-style-type: none"> ○ Pendahuluan <p>Berisi pemanasan berupa peregangan statis lari keliling lapangan dan peregangan dinamis (10menit).</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Inti <p>Setiap orang melakukan pembelajaran memukul sebanyak 56x dengan rincian :</p> <p><i>Toss ball</i> 14 repetisi x 1 set</p> <p><i>Side ball</i> 14 repetisi x 3 set</p> <p>Istirahat 20detik /set.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Penutup <p>Berisi gerakan pelepasan lari keliling lapangan dan evaluasi kegiatan (10menit).</p>	<p>Pemanasan dipimpin oleh salah satu seorang siswa, pengajar memperagakan bentuk pembelajaran, mengoreksi kesalahan dan mengawasi kegiatan pembelajaran.</p>
5		<ul style="list-style-type: none"> ○ Pendahuluan <p>Berisi pemanasan berupa peregangan statis lari keliling lapangan dan peregangan dinamis</p>	<p>Pemanasan dipimpin oleh salah satu seorang siswa,</p>

	9-10	<p>(10menit).</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Inti Setiap orang melakukan pembelajaran memukul sebanyak 60x dengan rincian : <i>Toss ball</i> 12 repetisi x 4 set <i>Side ball</i> 12 repetisi x 1 set Istirahat 20detik /set. ○ Penutup Berisi gerakan pelepasan lari keliling lapangan dan evaluasi kegiatan (10menit). 	<p>pengajar memperagakan bentuk pembelajaran, mengoreksi kesalahan dan mengawasi kegiatan pembelajaran.</p>
6	11-12	<ul style="list-style-type: none"> ○ Pendahuluan Berisi pemanasan berupa peregangan statis lari keliling lapangan dan peregangan dinamis (10menit). ○ Inti Setiap orang melakukan pembelajaran memukul sebanyak 65x dengan rincian : <i>long hitting</i> 13 repetisi x 5 set Istirahat 20detik /set. ○ Penutup Berisi gerakan pelepasan lari keliling lapangan dan evaluasi kegiatan (10menit). 	<p>Pemanasan dipimpin oleh salah satu seorang siswa, pengajar memperagakan bentuk pembelajaran, mengoreksi kesalahan dan mengawasi kegiatan pembelajaran.</p>

Tes yang digunakan dalam penelitian ini berupa instrumen tes yang berkaitan dengan bidang kajian penelitian yaitu keterampilan gerak dasar. Adapun tes yang akan di gunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H. Tes Motor Ability untuk Sekolah Menengah Pertama

Tes Motor Ability ini digunakan untuk mengukur kemampuan gerak dasar bagi siswa. Menurut Cholil dan Nurhasan (2007, hlm.135) menjelaskan bahwa “Tes ini mempunyai realibilitas sebesar 0,93 dan validitasnya sebesar 0,87.” Tes ini terdiri dari 4 butir tes yaitu :

a. Tes Shuttle Run 4 X 10 meter

- 1) Tujuan : Mengukur kelincahan dalam bergerak mengubah arah
- 2) Alat/Fasilitas : *Stopwatch*, lintasan yang lurus dan datar dengan jarak 10 meter
- 3) Pelaksanaan : Start dilakukan berdiri. Pada aba-aba “bersedia” orang coba berdiri dengan salah satu ujung jari sedekat mungkin dengan garis start.

b. Tes Stork Stand Positional Balance

- 1) Tujuan : Mengukur keseimbangan tubuh
- 2) Alat/Fasilitas : *Stopwatch*
- 3) Pelaksanaan : Subyek berdiri dengan tumpuan kaki kiri, kedua tangan bertolak pinggang, kedua mata dipejamkan, lalu letakan kaki kanan pada lutut kaki kiri sebelah kanan. Pertahankan sikap tersebut selama mungkin
- 4) Skor : Dihitung waktu yang dicapai dalam mempertahankan sikap di atas sampai dengan tanpa memindahkan kaki kiri dari tempat semula.

c. Tes Lari Cepat 30 meter

- 1) Tujuan : Mengukur kecepatan lari
- 2) Alat/Fasilitas : *Stopwatch*, lintasan lurus dan rata sejauh 30 meter, bendera.
- 3) Pelaksanaan : Start dilakukan dengan berdiri. Pada aba-aba “bersedia” subyek berdiri dengan salah satu ujung kakinya sedekat mungkin dengan garis

start. Aba-aba “siap” subyek siap untuk lari menuju garis finish dengan jarak 30 meter, sampai melewati garis finish.

- 4) Skor : Dihitung waktu yang ditempuh dalam melakukan lari sejauh 30 meter.

d. Tes Lempar Tangkap bola jarak 1 meter ke tembok

- 1) Tujuan : Mengukur kemampuan koordinasi mata dan tangan
 2) Alat/Fasilitas : Bola tenis, *stopwatch*, tembok/dinding
 3) Pelaksanaan : Subyek berdiri di belakang garis batas sambil memegang bola tenis dengan kedua tangan di depan dada. Aba-aba “ya” sebyek dengan segera melakukan lempar tangkap ke dinding selam 30 detik.
 4) Skor : Dihitung jumlah tangkapan bola yang dapat dilakukan selama 30 detik.

I. Teknik Pengumpulan Data

Seperti telah dijelaskan pada bagian metode dan pendekatan penelitian, penulis menggunakan metode penelitian *Pre-experimental Design* dengan desain *one-group pretest-posttest design*.

Pada pelaksanaan pengumpulan data, penulis melakukan tes awal terlebih dahulu pada sampel atau disebut dengan pre-test mengenai tes motor ability. Sampel diberikan tes *shuttle run* 4x10 meter, tes lempar tangkap bola, *tes strock stand positional*, dan tes lari cepat 30 meter untuk mengetahui keadaan awal mereka terhadap keterampilan gerak dasar.

Selanjutnya sampel diberikan perlakuan yaitu permainan bola kecil. Jumlah pertemuan dalam pelaksanaan perlakuan adalah 12 kali pertemuan dengan setiap pertemuannya sampel diberikan permainan bola kecil yaitu yang pertama permainan bola kasti, kemudian permainan bola bakar dan yang terakhir permainan *rounders*. Dengan diberikan perlakuan ini diharapkan sampel dapat terbiasa memainkan permainan bola kecil sebagai sarana untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar, selain itu guna melestarikan warisan budaya negeri.

Table 3.3

Rancangan program setiap pertemuan akan dijelaskan pada tabel dibawah ini :

Rancangan Program Setiap Pertemuan

No	LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN		WAKTU
1	PENDAHULUAN		10 menit
	Peneliti	Sampel	
	Berdoa dan cek sampel	Berdoa	
	Penyampaian tujuan	Mendengarkan dan bertanya Apabila ada yang kurang dipahami	
	Menjelaskan mengenai cara Melaksanakan (<i>batting tee, tostball</i> , dan lempar samping)	Menyimak dan bertanya apabila ada yang kurang dipahami	
2	INTI		25 menit
	Peneliti	Sampel	
	Memperhatikan dan memberikan Bantuan apabila ada sampel yang tidak mengerti atau memahami tentang teknik <i>batting tee, tostball</i> , dan lempar samping.	Memainkan permainan softball.	
3	PENUTUP		5 Menit
	Peneliti	Sampel	
	Berdoa	Berdoa	

Tabel di atas adalah program umum yang dilakukan pada setiap pelaksanaan eksperimen. Selain melaksanakan *treatment* yang dilakukan sebanyak 12 kali pertemuan dalam 2 bulan, penulis juga bekerjasama dengan guru mata pelajaran penjas di sekolah..

J. Teknik Pengolahan Data.

Untuk mendapatkan hasil yang objektif dalam suatu tes, harus dihindarkan kesalahan-kesalahan dalam pelaksanaan tes tersebut. Tujuan dari prosedur tes dan pengukuran ini untuk memudahkan dalam melakukan tes, sehingga pelaksanaan dan hasilnya dapat sesuai dengan yang diharapkan.

Setelah data dari tes awal dan tes akhir terkumpul, langkah selanjutnya adalah mengolah dan menganalisis data dengan statistik. Langkah-langkah pengolahan data tersebut ditempuh dengan menggunakan rumus yang dirujuk dari Sudjana (dalam Iwa 2013. Hlm. 38-40).

1. Menghitung skor rata-rata kelompok sampel dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$X = \frac{\sum xi}{n}$$

Keterangan :

X = skor rata-rata yang dicari

$\sum xi$ = jumlah nilai data

n = jumlah sampel

2. Menghitung simpangan baku dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$S = \sqrt{\frac{\sum(x - x)^2}{n - 1}}$$

Keterangan:

S = simpangan baku yang dicari

n = jumlah sampel

$\sum(x - x)^2$ = jumlah kuadrat nilai data dikurangi rata-rata

3. Uji Normalitas Data

Untuk uji normalitas data dengan uji *Liliefors*. Kemudian menginterpretasikan hasil dari penghitungan normalitas pada keputusan normalitas liliefors menurut Stanislaus (2009 hlm. 46) sebagai berikut :

- a) Jika I , hitung (Sig) > I, tabel, maka instrument berdistribusi normal.
- b) Jika I , hitung (Sig) < I, tabel, maka instrument tidak berdistribusi normal.

4. Uji Homogenitas Data

Untuk menguji homogenitas digunakan *Levene Test*, Menurut Stanislaus (2009 hlm. 161) “uji *Levene Test* digunakan untuk menguji apakah sampel sebanyak k memiliki *variance* yang sama. Langkah-langkahnya menggunakan program SPSS 16.0 ialah sebagai berikut :

1) Membuat hipotesis

Ho : data berasal dari populasi yang homogen

Ha : data berasal dari populasi yang tidak homogen

2) Membuat Analisis varians homogen menggunakan *Leven Tes for Equality of Variances* pada program SPSS.16.0.

3) Menginterpretasikan hasil yang diperoleh dengan keputusan jika Sig, (one tailed) > 0,005, maka Ho diterima tetapi jika Sig (one tailed) < 0,05, maka Ho ditolak.

4) Untuk menguji hipotesis yang diajukan, maka digunakan rumus sebagai berikut :

$$t = \frac{X\bar{1} - X\bar{2}}{\sqrt{\frac{s1^2}{n1} + \frac{s2^2}{n2} - 2r\left(\frac{s1}{\sqrt{n1}}\right)\left(\frac{s2}{\sqrt{n2}}\right)}}$$

Selanjutnya membuat hipotesis dengan kalimat dan hipotesis dengan statistic

Hipotesis kalimat

Ho : Permainan bola kecil tidak berpengaruh secara signifikan terhadap keterampilan gerak dasar siswa

Ha : Permainan bola kecil berpengaruh secara signifikan terhadap keterampilan gerak dasar siswa