

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Metode eksperimen dilakukan untuk menyelidiki hubungan sebab akibat seperti dikemukakan Riyanto dalam Zuriyah (2006:57) yaitu :

Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang sistematis, logis, dan teliti di dalam melakukan kontrol terhadap kondisi. Dalam melakukan eksperimen peneliti memanipulasi suatu stimulan treatment atau kondisi-kondisi eksperimental, kemudian mengobservasi pengaruh yang diakibatkan oleh adanya perlakuan atau manipulasi tersebut.

Dengan demikian metode eksperimen adalah suatu metode untuk mengetahui suatu hasil dari suatu perlakuan yang diuji cobakan, sehingga masalah yang terkandung dalam penelitian dapat terungkap. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan dalam 2 bulan, dengan jumlah pertemuan 3 kali perminggu, sesuai pernyataan Rink (1993:264) yaitu *“Participates in health-enhancing physical activity at least three times a week”* setiap perlakuan berlangsung selama 70 menit.

B. Desain Penelitian

Dalam suatu penelitian eksperimental perlu suatu desain penelitian yang tepat, sesuai dengan kebutuhan variabel-variabel yang terkandung dalam desain penelitian. Desain penelitian dalam penelitian ini adalah :

The Matching –Only Pre-test and Post-test Control Group Design ”

dalam Fraenkel and Wallen (1993:253) yang digambarkan sebagai berikut :

O	M	X ₁	O
—————			
O	M	X ₂	O

Gambar 3.1

Desain Eksperimen *The Matching –Only Pre-test and Post-test Control Group Design*

Keterangan gambar :

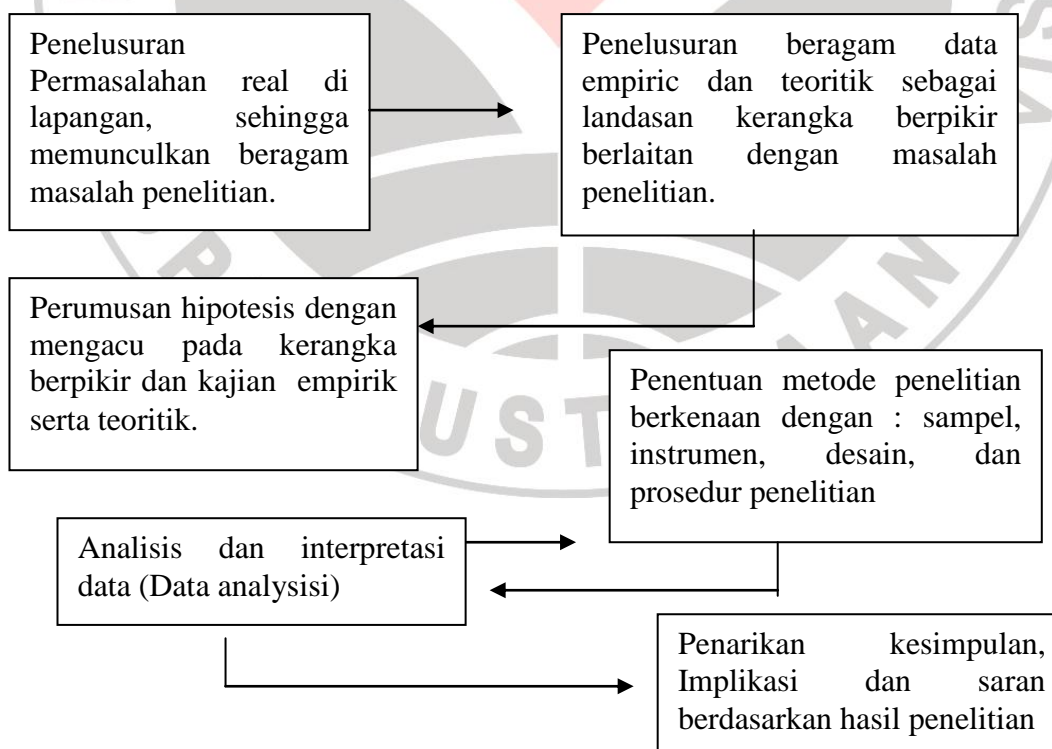
X₁ = *Treatmen* kelompok pendekatan bermain

X₂ = Kelompok kontrol pendekatan tradisional

O = Tes terdiri dari perkembangan sosial dan kebugaran jasmani

M = Matching

Secara skematis, langkah-langkah penelitian dijelaskan Gay (1996:91-98) yang diadaptasi Sutresna (2002:125) yang tersusun dalam gambar tersebut :



Gambar. 3.2

Langkah-Langkah Penelitian

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah objek penelitian atau yang dijadikan sumber data dari suatu penelitian. Populasi memegang peranan penting dalam suatu penelitian, sebab populasi merupakan objek yang akan dipergunakan sebagai bahan penelitian, Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SDN I Langensari dan Citrasari dengan jumlah populasi 850 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah wakil populasi yang diteliti. Arikunto (2006: 131) menjelaskan pengertian sampel sebagai berikut: “Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti”. Sesuai dengan penjelasan tersebut penulis memilih dan menentukan sebagian populasi untuk dijadikan sampel penelitian, penentuan sampel dimaksudkan untuk mengurangi subjek yang terlalu banyak jumlahnya.

Mengenai banyaknya sampel eksperimen yang diambil untuk penelitian ini adalah kelas VB SDN I Langensari dengan jumlah 34 orang putra dan putri sedangkan kelompok kontrol diambil dari SDN Citrasari dengan kelas yang sama yaitu kelas VB dengan jumlah siswa 32 orang serta rentang usia antara 10 – 12 tahun. Teknik penarikan sampling menggunakan *cluster random sampling*, hal ini dijelaskan Yatim Riyanto dalam Zuriah (2006:136) yaitu : ‘*Cluster random sampling* digunakan apabila sampel merupakan suatu kelompok (*cluster*) yang mempunyai sifat heterogen.’

D. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian eksperimen ini dilaksanakan pada kelas VB SDN I Langensari Kecamatan Lembang, tempat penulis bekerja sedangkan kelompok kontrol dilakukan di SDN Citrasari Kecamatan Lembang, merupakan sekolah tetangga dan penentuan lokasi ini diharapkan memberi kemudahan khususnya menyangkut pengenalan lingkungan yang berhubungan dengan siswa sebagai subjek penelitian atau menyangkut personel yang akan membantu dalam kelancaran kegiatan ini.

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan September dan Nopember tahun 2012 serta penelitian dilaksanakan tiga kali dalam seminggu, setiap hari Senin, Rabu, dan Sabtu.

Kendala dalam waktu pembelajaran yang tadinya hanya satu kali pertemuan dalam seminggu akan tetapi tuntutan penelitian harus tiga kali dalam seminggu, maka upaya peneliti adalah meminta ijin kepada kepala sekolah dan guru kelas, pada kelas eksperimen dan kontrol, hal ini disiasati dengan cara pendistribusian waktu pembelajaran, tanpa mengganggu mata pelajaran yang lain karena hanya menggeser jadwal mata pelajaran yang terpakai oleh pelajaran penjas.

E. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Untuk menghindari penafsiran yang keliru dan memberikan penjelasan istilah-istilah dalam penelitian ini, penulis menganggap perlu untuk memberikan penjelasan tentang istilah yang dipergunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Model Pendekatan Bermain

Pendekatan bermain dalam penelitian ini sama dengan pendekatan taktik dijelaskan Steven Tan (2005: 122-123) dalam catatannya yaitu :

Aceng Ma'mun, 2013

Dampak Pendekatan Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Kebugaran Jasmani Dan Perkembangan Sosial

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

The Ministry of Education has adopted the terminology Games Concept Approach to teaching games. This approach is akin to the Tactical Games approach presented by Griffin, Mitchell, and Oslin (1997) in the United States. The theoretical basis to this approach is similar to that of the Teaching Games for Understanding (TGfU) approach in the United Kingdom (Thorpe, Bunker, & Almond, 1986). However, to be consistent with international recognition, the term Teaching Games for Understanding was used in this chapter rather than Games Concept Approach.

Kementerian Pendidikan telah mengadopsi terminologi *Games Concept Approach* untuk pengajaran permainan. Pendekatan ini serupa dengan pendekatan *Tactical Games* yang dikemukakan oleh Griffin, Mitchell, dan Oslin (1997) di United States. Dasar teori dari pendekatan ini sama dengan pendekatan *Teaching Games for Understanding (TGfU)* di United Kingdom (Thorpe, Bunker, & Almond, 1986). Dengan demikian, agar sesuai dengan pemahaman internasional, terminologi *Teaching Games for Understanding* digunakan menggantikan *Games Concept Approach*.

2. **Kebugaran Jasmani**

Definisi operasional kebugaran jasmani dalam dokumen Depdiknas (2003:1) tentang Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI), dijelaskan bahwa :

Kebugaran jasmani adalah kondisi jasmani yang bersangkutan paut dengan kemampuan dan kesanggupannya berfungsi dalam pekerjaan secara optimal dan efisien. Disadari atau tidak sebenarnya kebugaran jasmani itu merupakan salah satu kebutuhan hidup manusia karena kesegaran jasmani senyawa dengan hidup manusia.

Konsep ini ditetapkan menjadi instrumen yang berlaku di Indonesia mulai tahun 1984, dan kelompok umur yang berlaku untuk norma klasifikasi pada penelitian ini adalah umur 10 – 12 tahun.

Aceng Ma'mun, 2013

Dampak Pendekatan Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Kebugaran Jasmani Dan Perkembangan Sosial

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

3. Perkembangan Sosial

Definisi perkembangan sosial dijelaskan Yusuf (2007:27) bahwa “Perkembangan sosial merupakan pencapaian kematangan dalam hubungan sosial.” Kematangan dalam hubungan sosial yang menjadi definisi operasional dari penelitian ini yaitu aspek disiplin dan kerjasama. Aspek ini dijelaskan Sutresna (2002:55) yaitu : “Pendidikan Jasmani juga mampu mengembangkan keterampilan sosial, seperti kerjasama, disiplin dll.” Aspek lainnya dijelaskan oleh Bailey, *et.al* (2009:9) bahwa : *“It is claimed that purposeful engagement in PESS has the potential to engender positive social behaviours (such as cooperation, personal responsibility and empathy...”* Pendapat tersebut mengandung makna bahwa proses pembelajaran penjas dan olahraga di sekolah memungkinkan tumbuhnya perilaku sosial yang positif seperti kerjasama, tanggung jawab, dan empati.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa SD adalah tes kebugaran jasmani yang diterbitkan oleh Depdiknas. Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani Indonesia (2003:3) untuk umur 10 – 12 tahun putra dan putri yang terdiri dari :

1. Lari 40 meter
2. Gantung siku tekuk
3. Baring duduk 30 detik
4. Loncat tegak
5. Lari 600 meter

Untuk pengumpulan data tentang perkembangan sosial melalui pemberian angket Skala Likert (*Summated Rating*) dalam Nurhasan (2001), aspek yang digunakan dalam komponen perkembangan sosial meliputi aspek, disiplin, kerjasama, tanggung jawab, dan empati.

G. Proses Pengembangan Instrumen

Proses pengembangan instrumen pembuatan angket meliputi aspek disiplin, kerjasama, tanggung jawab, dan empati. Untuk penilaian pengukuran perkembangan sikap sosial menggunakan skala likert (*Summated Rating Scales*) seperti dijelaskan Nurhasan (2001:114) yaitu :

Untuk mengukur sikap skala yang sering digunakan adalah skala Likert. Skala ini terdiri atas pernyataan terhadap suatu objek dengan pola respons terentang dalam lima alternatif pilihan jawaban yaitu:

- (1) sangat setuju,
- (2) setuju,
- (3) tiada pendapat,
- (4) tidak setuju,dan
- (5) sangat tidak setuju.

Skala Likert terdiri atas sejumlah pernyataan-pernyataan tentang suatu objek, dan pernyataan itu cenderung mengekspresikan sikap yang menyenangkan dan sebagian lagi pernyataan itu tidak menyenangkan. Pemberian skor pada setiap katagori pernyataan yang direspon oleh responden disesuaikan dengan alternatif pilihan jawaban yaitu :

- a. Untuk pernyataan yang positif, pemberian skor pada setiap alternatif jawaban yaitu : 5,4,3,2,1. Jadi untuk alternatif pilihan sangat setuju diberi skor 5, setuju diberi skor 4, tiada pendapat diberi skor 3, tidak setuju diberi skor 2 dan sangat tidak setuju diberi skor 1.
- b. Untuk pernyataan yang negatif, pemberian bobot skor pada setiap alternatif pilihan jawaban, dengan urutan yaitu: 1,2,3, 4,5 untuk alternatif pilihan jawaban sangat setuju diberi skor 1, setuju diberi skor 2, tiada pendapat diberi skor 3, tidak setuju diberi skor 4 dan sangat tidak setuju diberi skor 5.

Pengembangan instrumen angket dari Disiplin, kerjasama, tanggungjawab, dan empati seperti dijelaskan bawah ini :

Tabel 3.1
Kisi-Kisi Angket Perkembangan Sosial

Variabel penelitian	Sub variable	Deskriptor	Penyebaran soal
Perkembangan Sosial. Sutresna (2002)	Disiplin	Memperhatikan peraturan sekolah	3,10,47,81,12,26,84,66,27,86,106,11
		Menyiapkan peralatan sekolah	1,9,25,46,114,116,120,123,
		Mengerjakan tugas	65,68,78,2,115,118,125,132
	Kerjasama	Partisipasi dalam PBM	4,6,28,31,48,67,70,79,83,8,85,29,96,7
		Kerjasama keseharian	49,69,80,82,98,64,30,14,32,95,71,15,117,119,121,124,126,128,130,127,129,131
		Kebersihan kelas	50,87,63,13,5,103
Baileya, <i>et.al</i> (2009)	Tanggung jawab	Penanaman tanggung jawab dalam belajar	37,42,55,75,90,102,109,43,111,38,56,113,76,44,107,39,
		Penanaman tanggung jawab dalam kebersihan	103,92,45,57,40,59
		Menepati janji	24,41,58,77,
		Membersihkan peralatan penjas	91,23

Tabel 3.1
Kisi-Kisi Angket Perkembangan Sosial (Lanjutan)

Variabel penelitian	Sub variable	Deskriptor	Penyebaran soal
	Empati	Membantu teman	16,18,33,51,72,88,94,105,112,110,99,73,62,52,34,17
		Hubungan baik dengan semua orang	19,35,61,100
		Mendahulukan kepentingan orang lain	21,53
		Ketulusan menolong	74,22
		Merasakan penderitaan orang lain	89,93
		Menghibur dan ramah terhadap teman	104,108
		Sifat pemaaf	101,97,60,54,36,20

Tabel 3.2
Program Pembelajaran

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar	Materi	Waktu Pelaksanaan
1. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.”	1.1 Mempraktikkan variasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola besar, serta nilai kerjasama, sportivitas, dan kejujuran. **)	Permainan sepak bola	6 pertemuan
		Permainan bola voli	4 pertemuan
		Permainan bola basket	2 pertemuan
1. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.”	1.2 Mempraktikkan variasi teknik dasar ke dalam modifikasi permainan bola kecil, serta nilai kerja sama, sportivitas, dan kejujuran **)	Permainan Rounders	4 pertemuan

Tabel 3.2
Program Pembelajaran (Lanjutan)

Pertemuan	Cabang Olahraga	Materi dan Tujuan	Waktu Pelaksanaan
1	Tes Awal	Tes TKJI dan Angket	24 September 2012
			29 September 2012
2	Sepakbola	Mempertahankan penguasaan bola. Mengoper dan menerima bola yang menggelundung dengan kaki bagian dalam	1 Oktober 2012
3	Sepakbola	Mempertahankan penguasaan bola. Mengoper dan menerima bola yang menggelundung dengan kaki bagian luar	3 Oktober 2012
4	Sepakbola	Mencetak gol. Shooting (menembak). Tiga prinsip shooting yang baik. a. Melihat sasaran. b. Tendangan ke arah sasaran. c. Tendangan rendah	6 Oktober 2012
5	Sepakbola	Mencetak gol. Menggunakan pemain target untuk menciptakan ke sempatan menembak	8 Oktober 2012
6	Sepakbola	Memulai permainan. Menggunakan lemparan ke dalam dengan cepat untuk bergerak menyerang ke depan.	10 Oktober 2012
7	Sepakbola	Memulai permainan. Serangan dari tendangan penjur.	13 Oktober 2012
8	Bola Voli	Memulai permainan. Keterampilan bergerak ke arah bola, bereaksi secara cepat. Passing bawah tepat ke posisi pengumpan	15 Oktober 2012
9	Bola Voli	Persiapan serangan. Posisi dasar dan pas bawah. Passing bawah tepat ke posisi pengumpan	17 Oktober 2012
10	Bola Voli	Persiapan serangan. Passing bawah dan persiapan pengumpan. Passing bawah ke pengumpan yang tepat.	20 Oktober 2012

Tabel 3.2
Program Pembelajaran (Lanjutan)

Pertemuan	Cabang Olahraga	Materi dan Tujuan	Waktu Pelaksanaan
11	Bola Voli	Persiapan menyerang. Persiapan dan umpan passing atas. Passing bawah tepat ke pengumpan. Pengumpan segera bergerak ke bawah bola dan mengumpan ke pemukul dengan passing atas.	22 Oktober 2012
12	Bola Basket	Mempertahankan penguasaan bola. Memegang bola dalam posisi siap untuk mengoper bola, atau menembak (<i>triple threat</i>); 'tipuan bola; mengoper bola; dan penerimaan operan. Teknik dasar ches pass	24 Oktober 2012
13	Bola Basket	Mempertahankan penguasaan bola. Memegang bola dalam posisi siap untuk mengoper bola, atau menembak (<i>triple threat</i>); 'tipuan bola; mengoper bola; dan penerimaan operan. Teknik dasar ches pass	27 Oktober 2012
14	Rounders	Membuat skor. Lempar tangkap bola melambung. Lari mencapai base Permainan lempar tangkap mengelilingi lapangan	29 Oktober 2012
15	Rounders	Membuat skor. Lempar tangkap bola menyusur tanah. Lari mencapai base. Permainan lempar tangkap mengelilingi lapangan	31 Oktober 2012
16	Rounders	Membuat skor, Memukul bola pada batting tie. Lari mencapai base. Permainan memukul bola dengan alat bantu	5 Nopember 2012
17	Rounders	Membuat skor dan mencegah skor. Melempar sejauh-jauhnya dengan sasaran. Lari secepat-cepatnya	7 Nopember 2012
18	Tes Akhir	Tes TKJI dan Angket	10 Nopember 2012

H. Pengujian Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas dilakukan berkenaan dengan ketepatan alat ukur terhadap konsep yang diukur sehingga benar-benar mengukur apa yang seharusnya diukur. Jenis validitas yang ingin diketahui dalam angket ini adalah validitas konstruksi dan isi. Validitas konstruksi dilakukan melalui analisis rasional atau melalui *judgement experts*. Tujuannya untuk mengetahui kesesuaian item-item tes yang dibuat mencerminkan ciri atribut yang hendak diukur. Setelah pengujian konstruksi dari para ahli dan berdasarkan pengalaman empiris di lapangan selesai, maka diteruskan dengan uji coba instrument.

Uji validitas butir memiliki tujuan untuk mengetahui apakah item-item tes yang digunakan baik atau tidak. Cara pengujiannya dilakukan dengan cara mengkorelasikan antara skor butir dengan skor total. Teknis analisis yang digunakan untuk menguji validitas butir adalah korelasi *Product Moment* dari *Pearson*. Kaidah pengujiannya adalah item dinyatakan valid jika indeks koefisien korelasi yang diperoleh $> 0,3$. Sebaliknya jika $< 0,3$ maka dinyatakan tidak valid sehingga harus diperbaiki atau dibuang.

Untuk mencari validitas dan reliabilitas tes kebugaran sudah ada tes baku atau standar yang diterbitkan Depdiknas.

Uji coba instrument atau angket dilakukan pada siswa kelas V SDN 3 Kecamatan Lembang pada tanggal 24 September 2012, hasil uji validitas terdapat dalam lampiran A.

I. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data ialah teknik atau cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk pengumpulan data. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini ada dua teknik, yaitu tes kebugaran jasmani dan teknik angket. Indikator-indikator atau sub variabel merupakan penjabaran dari variabel perkembangan sosial merupakan materi pokok yang diramu menjadi sejumlah pernyataan di dalam angket.

Tes kebugaran yang digunakan adalah tes yang sudah terstandar yaitu TKJI yang memenuhi syarat untuk digunakan sebagai instrumen pengumpul data dalam penelitian ini.

J. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dilaksanakan dengan menggunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) Serie 17*. Dalam penelitian ini penulis mengambil dua tahap analisis statistik penelitian. Adapun langkah-langkah yang ditempuh yaitu deskripsi data melalui rekapitulasi dan tabulasi data, dari cara tersebut dilanjutkan kepada uji normalitas data, uji homogenitas data, dan uji dua rata-rata dengan uji-t. Untuk uji-t disajikan dua pengujian, yaitu *paired sample t-test* dan *independent sample t-test*. *Paired sample t-test* dilakukan untuk mengetahui perbedaan hasil tes awal dan tes akhir pada masing-masing kelompok. *Independent sample t-test* digunakan untuk mengetahui perbedaan rata-rata selisih antara kelompok pendekatan bermain/permainan dengan kelompok pendekatan tradisional.

1. Tahapan analisis statistik untuk membandingkan pendekatan permainan dan kelompok control. Langkah-langkahnya sebagai berikut:

a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data dilaksanakan dengan tujuan agar dapat memperoleh informasi mengenai distribusi kenormalan data. Selain itu, uji normalitas data juga akan menentukan langkah yang harus ditempuh selanjutnya, yaitu analisis statistik apa yang harus digunakan, apakah statistik parametrik atau non-parametrik. Langkah yang dilakukan adalah dengan menginput dan menganalisa menggunakan *deskripsi explore* data pada menu *SPSS Serie 17*.

Uji normalitas dari *output* yang dihasilkan program SPSS 17 terdapat lima uji analisis normalitas data, yaitu *kolmogorov smirnov*, *Shapiro-wilk*, *QQ Plots*, *Detrended normal QQ Plots*, dan *Spread V.S Level Plot*. Ke lima uji analisis ini sebenarnya saling mendukung satu sama lainnya. Untuk uji normalitas, penulis mengacu pada analisis *Shapiro-Wilk*. Penulis memiliki anggapan bahwa untuk jumlah sampel lebih atau di atas 30 orang atau termasuk pada kategori kelompok sampel besar, maka pengujian dengan *Shapiro-Wilk* sangat relevan. Dengan pengujian Shapiro-Wilk, untuk jumlah sampel di atas 30 orang atau sampel besar memiliki derajat yang tinggi.

b. Uji Homogenitas Data

Uji homogenitas data dilaksanakan setelah uji normalitas data. Tujuan uji homogenitas data adalah untuk mengetahui apakah data tersebut berasal dari sampel atau populasi yang homogen atau tidak. Selain itu juga untuk menentukan jenis analisis statistik apa yang selanjutnya digunakan dalam uji hipotesis data.

Karena syarat dari uji statistik parametrik, data penelitian harus berdistribusi normal dan homogen.

Uji homogenitas data menggunakan program *software* SPSS Serie 17 adalah sama dengan uji normalitas data. *Output* yang dihasilkan dari *descriptive explore* data tersebut sekaligus menghasilkan dua analisis, yaitu normalitas dan homogenitas data. Untuk uji homogenitas data mengacu pada penghitungan *Lavene Statistik* hasil *output* dari SPSS.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis data dilakukan guna mendapatkan kesimpulan dari data yang diperoleh. Jenis analisis statistik yang digunakan untuk melakukan uji hipotesis dalam rangka mencari kesimpulan ditentukan oleh hasil uji normalitas dan homogenitas data. Dalam uji hipotesis ini penulis membandingkan hasil tes kebugaran kelompok pendekatan permainan dan kelompok kontrol. Pengujian dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan dari model permainan terhadap kebugaran jasmani dan perkembangan sosial.

Uji hipotesis untuk mengetahui perbedaan antara dua kelompok sampel, digunakan analisis dengan *independent sampel t-test*. *Output* yang dihasilkan setelah pengolahan, diperoleh dua uji, yaitu uji-f (Varians) dan uji-t (Uji kesamaan dua rata-rata). Tahapan analisis statistik untuk melihat perbedaan secara signifikan kelompok permainan dengan kelompok kontrol. Analisis statistik yang digunakan pada tahapan ini adalah menggunakan komparasi sampel dengan teknik anova satu jalan (*Single Classification/One Way Classification*).