

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode eksperimen. Fraenkel, dkk. (2012, hlm. 265) mengatakan :

*Experimental research is unique in two very important respect: It is the only type of research that directly attempts to influence a particular variable, and when properly applied, it is the best type for testing hypotheses about cause-and-effect relationship.*

Penelitian eksperimen memiliki 2 aspek penting dan merupakan satu-satunya jenis penelitian yang langsung menguji pengaruh dari sebuah variabel. Penelitian eksperimen merupakan jenis penelitian terbaik untuk menguji hipotesis hubungan sebab akibat.

Sugiyono (2013, hlm. 72) mengatakan bahwa penelitian eksperimen merupakan “Metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan”. Senada dengan pendapat tersebut, Riduwan (2014, hlm. 50) mengatakan bahwa penelitian eksperimen merupakan “Suatu penelitian yang berusaha mencari pengaruh variabel tertentu terhadap variabel yang lain dalam kondisi yang terkontrol secara ketat”.

Metode eksperimen memiliki beberapa jenis desain yang secara garis besar terbagi menjadi 4 kategori yaitu, *Poor Experimental Design*, *True Experimental Design*, *Quasi Experimental Design* dan *Factorial Design*. Pada penelitian ini, jenis desain penelitian yang digunakan adalah *Quasi Experimental Design*. Dalam *Quasi Experiment*, peneliti menggunakan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, namun tidak dipilih secara acak menempatkan partisipan ke dalam dua kelompok tersebut. Bentuk desain penelitian yang digunakan adalah *The Matching-Only Pretest-Posttest Control Group Design*. Desain ini menggunakan *Matching*, yaitu memasangkan subjek satu dengan yang lainnya berdasarkan variabel tertentu.

Berbeda dari desain *randomized posttest-only control group*, desain penelitian ini membuat kelompok eksperimen tanpa di *random* atau ditentukan berdasarkan karakteristik tertentu. pengamatan dikumpulkan pada waktu yang sama untuk kedua kelompok.

Penelitian ini dilakukan pada dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberi perlakuan program *Life Skills* sedangkan kelompok kontrol diberi perlakuan latihan seperti biasa. Desain penelitian menggunakan *The Matching-Only Pretest-Posttest Control Group Design* (Frankael & Wallen, 2012).

***The Matching-Only Pretest-Posttest Control Group Design***

M	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
M	O <sub>3</sub>	C	O <sub>4</sub>
M	O <sub>5</sub>	C	O <sub>6</sub>

**Gambar 3.1.**  
**Desain Penelitian**

Sumber: Penulis adaptasi dari Fraenkel, J. R. & Wallen, N. E (2007)

Keterangan:

O<sub>1</sub>: Atlet Renang diberi muatan *Life Skills*

O<sub>3</sub>: Atlet Renang tanpa diberi muatan *Life Skills*

O<sub>5</sub>: nonatlet renang tanpa muatan *Life Skills*

X : Perlakuan (*Treatment*)

C : kelompok Kontrol

O<sub>2</sub>O<sub>4</sub>O<sub>6</sub> : *Post-Test*

## **B. Partisipan**

Penelitian ini melibatkan atlet klub olahraga renang TIRTAMERTA dan siswa SMP YPU Bandung usia remaja 11 – 15 tahun, dibagi menjadi tiga kelompok, yaitu atlet renang yang programnya terintegrasi *Life skills*, atlet renang mengikuti program latihan biasa dan bukan atlet (tidak mengikuti aktivitas klub olahraga). Jumlah partisipan secara keseluruhan adalah 60 orang.

## **C. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek dan subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2008, hlm. 80). Populasi dalam penelitian ini adalah klub renang TIRTAMERTA Bandung dan SMP YPU Bandung.

### **2. Sampel**

Menurut Suharsimi (2006, hlm. 117) “Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti”. Selanjutnya menurut Sugiyono (2003, hlm. 73) “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Penggunaan sampel digunakan karena peneliti tidak mungkin meneliti semua populasi karena keterbatasan waktu, dana dan tenaga”.

Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive sampling*. Adapun maksud dari *Purposive sampling* menurut Maksim (2012, hlm. 60) adalah, “sebuah teknik pengambilan sampel yang ciri atau karakteristiknya sudah diketahui lebih dulu berdasarkan ciri atau sifat populasi”. Penelitian ini meneliti tentang *Life Skills* atlet renang, maka yang diteliti adalah sampel atlet renang usia remaja 11 – 15 tahun.

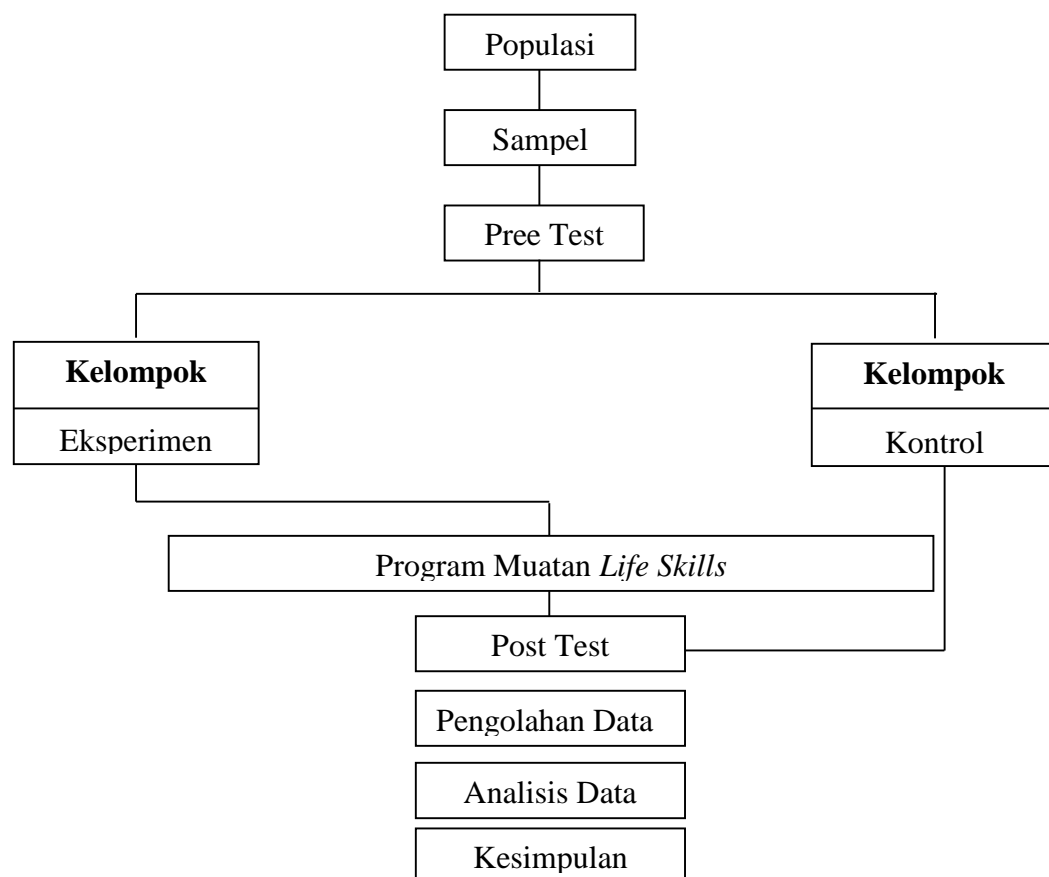
## **D. Instrumen Penelitian**

Pada penelitian ini mengukur perkembangan *Life Skills* individu yang berpartisipasi di klub olahraga. Peneliti menggunakan instrumen skala kecakapan hidup bidang olahraga atau *Life Skills Scale for Sport (LSSS)* yang sebelumnya telah dikembangkan (Donal & Allen, 2017). Instrumen LSSS tersebut

dipergunakan untuk partisipan olahraga remaja dengan rentang usia 11-21 tahun. Instrumen LSSS terdiri 47 aitem dengan tipe pernyataan tertutup lebih lengkap dapat di lihat lampiran. Skala pengukuran yang digunakan adalah skala Likert dengan rentang skala lima poin yaitu 1 (*not at all*) hingga (*very much*).

### E. Prosedur Penelitian

prosedur penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:



**Gambar 3.2**  
**Prosedur Penelitian**

## F. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid (Sugiyono, 2012). Dengan menggunakan instrumen yang valid dan reliabel dalam pengumpulan data, diharapkan hasil penelitian menjadi valid dan reliabel. Lebih lanjut sugiyono membagi Validitas internal menjadi *construct validity* dan *content validity*. Pengujian Validitas instrumen LSSS dilakukan dengan dua cara, pertama melakukan uji kontruksi instrumen dengan cara menerjemahkan instrumen dari bahasa indonesia-inggris dan inggris-indonesia oleh lembaga penerjemah (Balai Bahasa UPI). Kedua, peneliti menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dari *Karl Pearson* dengan aplikasi SPSS. Langkah yang ditempuh yaitu dengan cara sebagai berikut :

Untuk mencari validitas instrument tersebut, jika dikatakan valid atau tidak, maka diambil keputusan sebagai berikut memakai SPSS :

1. Buka program SPSS klik variabel view, selanjutnya pada bagian name tulis nomor dan jumlah skor
2. Klik data view dan masukan data
3. Pilih pada tombol bar “*analyze*” pilih *corelate* dan klik *bivariate*
4. Muncul kotak dialog *bivariate correlations* masukan semua variabel pada kotak dialog dengan cara klik tombol panah
5. Pada *correlations coefficients* pilih *pearson* lalu untuk kolom kolom tes of *significants* pilih *two-tailed* dan centang pada *flag significants correlations*
6. Klik Ok

## G. Batasan Penelitian

Untuk memberikan tujuan yang jelas dalam penelitian ini. Maka batasan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yaitu variabel klub olahraga dan *Life Skills*
2. Sampel yang diambil adalah anggota klub olahraga renang yang aktif mengikuti latihan dengan rentang umur 11 – 15 tahun.
3. Sampel yang diambil anak yang tidak mengikuti klub olahraga.

## H. Teknik Analisis Data

Analisis data menggunakan Microsoft Excel 2010, data yang dikumpulkan adalah point isian skor instrument, jumlah total, rata-rata, simpangan baku serta kode sampel kemudian data dianalisis lebih lanjut menggunakan SPSS 16 dengan uji tes normalitas, uji homogenitas serta uji hipotesis dengan *Anova One Way* :

### 1. Uji Normalitas Data

- Buka SPSS.
- Buka Tab *Variable View*, buat 2 variabel: Kelompok dan Preetest/Posttest.
- Ubah Type Kelompok ke “Numeric”, Decimals “0”, beri label “Kategori”, ubah measure menjadi “Nominal” dan isi value dengan kategori: 1 = Atlet Dengan Life Skills, 2 = Atlet Tanpa Life Skills Dan 3 = Bukan Atlet.
- Ubah Type Preetest Dan Posttest ke “Numeric”, Decimals “0”, beri label “Life Skills Preetest” Dan “ Life Skills Postest” , ubah measure menjadi “Scale”.
- Buka *Data View* dan isikan data
- **Analyze** → **Descriptive Statistics** → **Explore**
- Masukkan baik variabel Pengetahuan dan Sikap ke Kotak *Dependent List*, Lalu Klik *Statistic*. Pastikan *Descriptive* tercentang
- Kemudian klik **Plots**, Pastikan **Normality Plots With Test** tercentang.
- Klik **Continue**. Kemudian Klik **Ok**

### 2. Uji Anova One Way

Uji ANOVA ONE WAY selain untuk mengetahui uji homogenitas data juga sebagai uji perbedaan antara kelompok penelitian yang diberikan perlakuan dan kelompok yang tidak diberikan perlakuan

- Buka SPSS.
- Buka Tab *Variable View*, buat 2 variabel: Kelompok Dan Preetest/Posttest.
- Ubah Type Kelompok ke “Numeric”, Decimals “0”, beri label “Kategori”, ubah measure menjadi “Nominal” dan isi value dengan kategori: 1 = ATLET Dengan Life Skills, 2 = Atlet Tanpa Life Skills Dan 3 = Bukan Atlet.
- Ubah Type Preetest Dan Posttest ke “Numeric”, Decimals “0”, beri label “Life Skills Preetest” Dan “ Life Skills Postest” , ubah measure menjadi “Scale”.
- Buka *Data View* dan isikan data

- Pada menu, pilih *Analyze, Compare Means, One-Way Anova*, sampai muncul jendela *One-Way Anova*
- Pilih variabel “Kelompok” lalu masukkan ke kotak “*Dependent List:*” Kemudian pilih variabel “*Preetest Dan Postest*” lalu masukkan ke kotak “*Factor:*” Sehingga nampak seperti di bawah ini:
- Klik tombol *Options*, akan muncul jendela ini: Centang “*Descriptive*” dan “*Homogeneity of variance test*”
- Klik *Continue*
- Masih di jendela *One Way Anova*, klik tombol *Post Hoc*, sampai muncul jendela ini: Centang *TUKEY* dan *LSD* serta biarkan *significance level = 0,05*.
- Klik *Continue*
- Lalu Klik *OK* dan Lihatlah hasil!

### 3. Hipotesis Statistik

Sebelum melakukan uji hipotesis dan Untuk dapat menjawab Hipotesis penelitian maka akan ditentukan kriteria keputusan atau Hipotesis Statistik berbentuk simbol atau angka yang menggambarkan perbedaan dari hasil analisis perhitungan dalam kelompok penelitian digunakan adalah sebagai berikut :

Tabel 3.1  
Hipotesis Statistik Penelitian

Simbol	Hipotesis Statistik	Hipotesis Kalimat
H <sub>0</sub>	A=B=C	Tidak terdapat perbedaan yang nyata perkembangan <i>Life Skills</i> antara kelompok atlet renang yang diberi muatan <i>Life Skills</i> , Kelompok atlet renang yang tidak diberikan muatan <i>Life Skills</i> dan kelompok non atlet renang tanpa muatan <i>Life Skills</i> .
H <sub>1</sub>	A≠B≠C	Terdapat perbedaan yang nyata perkembangan <i>Life Skills</i> antara kelompok atlet renang yang diberi muatan <i>Life Skills</i> , Kelompok atlet renang yang tidak diberikan muatan <i>Life Skills</i> dan kelompok non atlet renang tanpa muatan <i>Life Skills</i> .

## **I. Pelaksanaan Penelitian**

pelaksanaan penelitian dilakukan dari bulan Oktober sampai dengan September 2018, selama kurang lebih 2 bulan disesuaikan dengan jadwal dan waktu kegiatan program latihan. Penelitian dilaksanakan di kolam renang UPI dan Kolam renang TIRTA MARTA SATYA. Untuk lebih jelasnya mengenai aktivitas dan jadwal pelaksanaan penelitian adalah sebagai berikut:

Lama latihan : 1,5 bulan (Oktober – Nopember 2018)

Hari latihan : Senin, Rabu dan Jumat

Waktu penelitian : Senin, pukul 16.00 - selesai

: Rabu, pukul 16.00 - selesai

: Jumat, pukul 16.00 - selesai

Tempat penelitian : Kolam Renang UPI dan TIRTA MARTA SATYA

Jumlah penelitian: :10 kali pertemuan sesuai dengan rujukan ( (Kendellen, Camiré, Bean, & Forneris, 2016) yang melakukan 10 pertemuan dalam penelitiannya.