

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain dan Metode Penelitian**

Dalam menyelesaikan skripsi ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif. Dimana kuantitatif yaitu data yang berbentuk skor (Fraenkel Jack R, Wallen Norman, 1932, hlm. 188). Metode penelitian yang akan diterapkan oleh peneliti adalah metode *ex-post facto*. Dalam metode ini peneliti tidak memberikan perlakuan, tetapi memperkirakan bahwa satu atau lebih variabel telah menjadi penyebab timbulnya variabel lain dari kejadian yang sudah terjadi, di ambil dari kutipan buku (Arikunto, 2016, hal. 213). Dalam hal ini, peneliti tinggal melihat adanya “hasil” atau “efek” yang diperkirakan merupakan akibat dari adanya sesuatu perlakuan walaupun perlakuan tersebut tidak dipermasalahkan kapan terjadinya dan oleh siapa, di ambil dari kutipan buku (Arikunto, 2016, hal. 213). Penelitian *ex-post facto* merupakan salah satu dari berbagai jenis penelitian, baik penelitian di bidang Ilmu Pengetahuan Alam maupun Ilmu Pengetahuan Sosial.

Metode penelitian *ex-post facto* kuantitatif merupakan penelitian yang mempunyai fokus untuk mengkaji hubungan sebab-akibat bersumber pada pengamatan terhadap akibat dan mencari penyebab melalui pengumpulan data. Menurut widarto (Disampaikan Pada Kegiatan Pelatihan Metodologi Penelitian Pendidikan, 2013) definisi *ex-post facto* adalah sesudah fakta, yaitu penelitian yang dilakukan setelah suatu kejadian itu terjadi. Sementara menurut Sugiyono (2010 : 7) dalam penelitian (Weeks, 2015) *ex-post facto* merupakan suatu penelitian yang dilakukan untuk meneliti peristiwa yang telah terjadi dan kemudian merunut ke belakang untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat menimbulkan kejadian tersebut. Metode penelitian *ex-post facto* dapat dibedakan menjadi 2 jenis menurut Dr. widarto (Disampaikan Pada Kegiatan Pelatihan Metodologi Penelitian Pendidikan, 2013) yaitu :

- 1) *Causal research* (Penelitian Korelasi) yaitu suatu penelitian yang melibatkan tindakan pengumpulan data guna menentukan, apakah ada hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel/lebih.
- 2) *Causal Comparative Research* (Penelitian Kausal Komparatif) adalah pendekatan dasar kausal komparatif melibatkan kegiatan peneliti yang diawali dengan mengidentifikasi pengaruh

variabel satu terhadap variabel lainnya, kemudian dia berusaha mencari kemungkinan variabel penyebabnya.

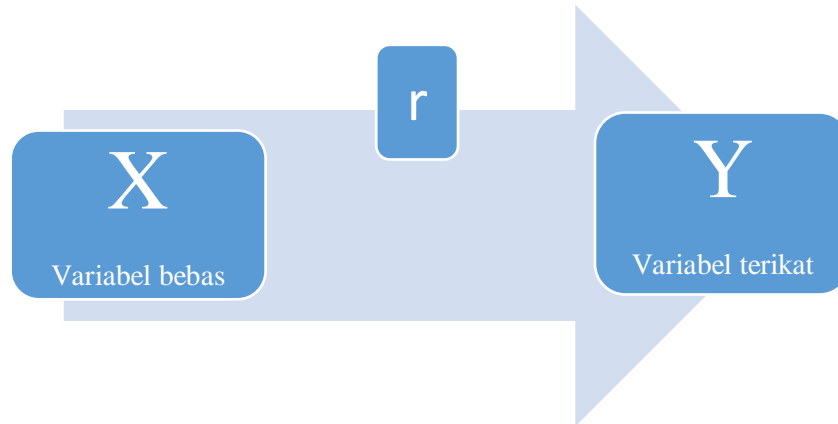
**The Basic Causal-Comparative Designs**

	Group	Independent variable	Dependent variable
(a)	I	C (Group possesses characteristic)	O (Measurement)
	II	-C (Group does not possess characteristic)	O (Measurement)

Gambar 3.1

*Desain Kausal-komparatif dasar*

Sumber : (Fraenkel et al., 2012)



Gambar 3.2

*Desain Korelasi bivariat (Hubungan)*

Sumber : (Fraenkel et al., 2012)

Desain dalam penelitian ini yakni menggunakan desain causal research (penelitian korelasi) karena peneliti ingin bermaksud melihat adanya hubungan kebugaran jasmani terhadap

tingkat kinerja. pada gambar 3.1 diatas, huruf C dalam gambar tersebut mewakili keberadaan karakteristik yaitu hubungan kebugaran jasmani/kegiatan senam mingguan, huruf O digunakan dalam mewakili variabel tingkat kinerja pada pegawai Kemenpora R.I Deputy IV sementara garis putus-putus digunakan untuk menunjukkan kelompok yang dibandingkan. Sementara pada gambar 3.2 diatas, menunjukkan hubungan antara 1 variabel X dengan 1 variabel Y dengan  $r$  sebagai Koefisien Korelasi.

### 3.2 Partisipan

Partisipan yaitu pengambilan bagian atau keterlibatan orang atau masyarakat dengan cara memberikan dukungan (tenaga, pikiran, maupun materi) dan tanggung jawabnya terhadap setiap keputusan yang telah diambil demi tercapainya tujuan yang telah ditentukan bersama (Sumarto, 2009). Partisipan dalam penelitian ini adalah pegawai Kemenpora R.I Deputy IV yang terdiri dari 5 Asdep + 1 Sekretaris Deputy (Asdep Pembibitan, Asdep SIOR, Asdep Tenaga Keolahragaan, Asdep Olahraga Prestasi, Asdep Industri dan Promosi Olahraga serta 1 Sekretaris Deputy), baik yang mengikuti kegiatan senam mingguan maupun yang tidak mengikuti.

### 3.3 Populasi dan Sampel

Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah, sebagai berikut :

#### 3.3.1 Populasi

Populasi adalah kelompok yang diminati oleh peneliti yang digunakan dalam penelitian, mengacu pada semua anggota kelompok (Fraenkel et al., 2012), sementara menurut Soegiyono, 2007 : 80 dalam penelitian (Iii & Penelitian, 2009) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari Subyek/Obyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi pada penelitian ini adalah para pegawai Kemenpora R.I yang berada di Deputy IV Dengan Jumlah keseluruhan 144 orang yang aktif berada di kantor PPITKON *Sumber : (SDM Kemenpora RI, 2019).*

Tabel 3.1

*Jumlah pegawai kemenpora RI Deputy IV*

Nomor	Instansi	Jumlah Pegawai
1	Sekretaris Deputy IV (Deputi Peningkatan Prestasi Olahraga)	40
2	Asdep SIOR (Standardisasi dan Infrastruktur Olahraga)	20
3	Asdep Tenaga Keolahragaan	36
4	Asdep Pembibitan	18
5	Asdep Industri dan Promosi Olahraga	11
6	Asdep Olahraga Prestasi	19
<b>Jumlah Pegawai</b>		144

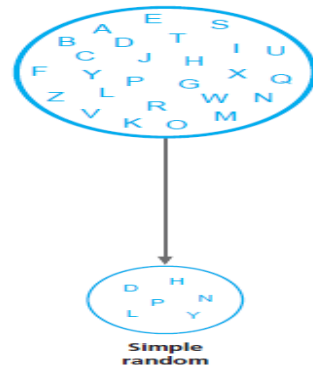
Sumber : (SDM Sekretaris Deputy IV)

### 3.3.2 Sampel

Sampel adalah suatu bagian dari jumlah yang dimiliki oleh sebuah populasi, yang merujuk pada suatu pemilihan baik individu, kelompok maupun objek penelitian tempat memperoleh informasi (Fraenkel et al., 2012). Pengertian lain sampel merupakan bagian dari populasi yang menjadi objek penelitian, dalam penetapan sampel dari populasi mempunyai aturan, yaitu sampel harus representative atau mewakili terhadap populasi (Syahrudin & Salim, 2012).

Dalam penelitian ini untuk menentukan jumlah sampel yang akan digunakan, peneliti menggunakan teknik *Probability random sampling*, Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Simple Random Sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan memilih sampel secara acak (Fraenkel et al., 2012).

Gambar 3.3



*Teknik Simple Random Sampling*

Sumber: (Fraenkel et al., 2012)

Ukuran sampel minimum yang dapat diterima untuk studi hubungan korelasi dianggap oleh sebagian besar peneliti tidak kurang dari 30 data, data yang diperoleh kurang dari 30 dapat memperkirakan tingkat hubungan yang tidak akurat, sementara jika lebih besar dari 30 jauh lebih mungkin memberikan hasil yang bermakna (Fraenkel et al., 2012)

### **3.4 Instrumen Penelitian**

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah sebagai berikut:

#### 1) Kuisisioner IPAQ (International Physical Activity Questionnaire)

Angket/Kuesioner menurut sugiyono, 2011 : 199 dalam penelitian (Weeks, 2015) adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk di jawab. Pengembangan Kuesioner IPAQ sendiri sudah mencakup ukuran internasional untuk jenis kuesioner/angket aktivitas fisik (kebugaran jasmani) yang dimulai di Jenewa pada tahun 1998 dan diikuti oleh Uji Reliabilitas dan Validitas yang luas di 12 negara (14 situs) selama tahun 2000 (FOGELHOLM et al., 2006). Hasil akhir menunjukkan bahwa kuesioner ini memiliki sifat pengukuran yang dapat diterima untuk digunakan dalam banyak ukuran, dan dalam Bahasa yang berbeda, serta cocok untuk studi prevalensi nasional berdasarkan partisipasi dalam aktifitas fisik (FOGELHOLM et al., 2006), kuesioner IPAQ sendiri terbagi dalam 2 jenis yaitu : IPAQ Short Form dan IPAQ Long Form (Mahboubi Anarjan et al., 2012) disini peneliti menggunakan jenis Short Form IPAQ dengan alasan, karena peneliti

mengambil waktu penelitian hanya kurang lebih 1 minggu dan juga mengambil Patokan jam kerja pada 1 bulan terakhir yaitu bulan Juli.

Alasan utama dalam menggunakan Kuesioner IPAQ ini adalah karena sudah uji Reliabilitas dan Validitas nya secara global di lebih dari 12 negara (Booth, 2000).

## 2) Instrumen Kinerja Pegawai (Log.book Kemenpora)

Instrumen kedua ini berupa lampiran data dari aplikasi berbasis data kepegawaian Kemenpora R.I yang berasal dari (SDM Pusat Kemenpra R.I), Instrumen ini dinamakan Log.Book Kemenpora. Di dalam log.book kemenpora sendiri terdapat sebuah rujukan data terkait absensi kehadiran kerja, izin, dinas luar, cuti serta sakit yang terekap dalam data kepegawaian kemenpora yang mana setiap bulannya akan dicek oleh atasan masing-masing untuk bahan laporan terkait tingkat kinerja maupun produktivitasnya selama masa per/1 bulan disini peneliti mengambil instrument dari jumlah kehadiran/absensi sesuai dengan jam aturan kerja yang berlaku di lingkungan Kemenpora R.I. (Sumber: SDM Kemenpora R.I).

## 3) Dokumentasi

Menurut Riduwan dalam buku *dasar-dasar statistika (cet.III; Alfabet : Bandung, 2013)*, h 58 dalam kutipan (رسولی, n.d.) Dokumentasi adalah ditujukan untuk memperoleh data langsung dari tempat penelitian, meliputi buku-buku yang relevan, peraturan-peraturan, laporan kegiatan, foto-foto, file dokumenter, data yang relevan dengan penelitian. Dokumentasi berfungsi sebagai data pendukung pada sebuah penelitian, bahkan bisa menjadi data vital ketika suatu variabel memang hanya bisa di ukur dengan tehnik pengumpulan data tersebut (رسولی, n.d.)

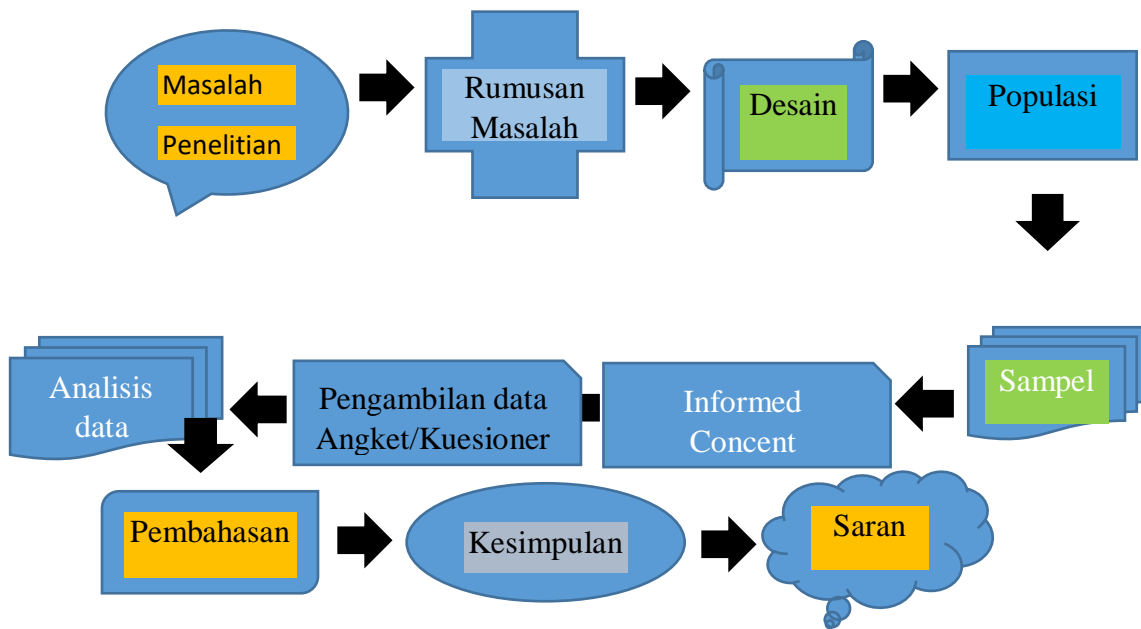
### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini ialah survey kuesioner dan secara online dengan menggunakan google form. Survey kuesioner adalah metode pengumpulan data populer untuk penelitian akademis atau pemasaran diberbagai bidang. Face-Toface, wawancara telephon dan survey pos adalah pendekatan atau cara tradisional untuk menyelesaikan survey kuesioner (Regmi et al., 2017) sementara kuesioner/angket secara online yaitu bentuk format pertanyaan dari kuesioner di input kedalam google form setelah itu peneliti sebar kepada bakal calon sampel untuk diisi. Akses internet yang meningkat di seluruh dunia telah menghasilkan peningkatan penggunaan

metode survey online (Regmi et al., 2017), terlebih pada masa pandemi saat ini. Peneliti sangat kesulitan untuk terjun langsung kelapangan karena adanya wabah Covid-19. Pengumpulan data melalui survey online tampaknya berpotensi mengumpulkan data dalam jumlah besar secara efisien, ekonomis, dan dalam waktu yang relative singkat.

### **3.6 Prosedur Penelitian**

Prosedur pada penelitian ini yaitu menentukan populasi kemudian mengambil sampel sesuai dengan kebutuhan peneliti, kemudian sampel diberikan kuesioner/angket sesuai dengan instrument yang telah disediakan oleh peneliti yakni IPAQ kemudian selesai proses pengisian kuesioner/angket oleh para sampel data diolah dan dianalisa (Fraenkel et al., 2012), sebelum sampel mengisi instrument yang telah digunakan, peneliti menjelaskan informasi dengan maksud dan tujuan instrument yang digunakan. Setelah sampel paham dan menyanggupi dan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian, peneliti memberikan lembaran kesediaan mengikuti penelitian/ *informed concent*. *informed concent* merupakan lembar kesediaan sampel dalam mengikuti penelitian, dimana hal ini merupakan salah satu standar etika dalam penelitian serta menyetujui resiko apapun yang di terima saat penelitian (Fraenkel et al., 2012). Dalam proses pengambilan data ini peneliti melakukan prosedur penelitian dengan cara mengambil sampel secara acak berdasarkan populasi yang ada pada pegawai kemenpora R.I di deputy IV sejumlah 144 pegawai dan diambil sampel secara acak, karena peneliti disini menggunakan tehnik Probability sampling (*Simple Random Sampling*) sejumlah 50 Sampel, kemudian selesai proses pengambilan data lalu Analisis data dan dilaksanakan dengan menggunakan bantuan program Statistical Product For Social Science (SPSS) versi 25 (Syahrums & Salim, 2012) Sesuai dari penjelasan di atas peneliti menetapkan prosedur dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :



Gambar 3.4

*Prosedur Penelitian*

Sumber : (Fraenkel et al., 2012)

Sementara menurut Dr. Widiarto M.Pd (Disampaikan Pada Kegiatan Pelatihan Metodologi Penelitian Pendidikan, 2013) menyebutkan langkah-langkah dalam penelitian *ex-post facto* ialah sebagai berikut :

1) Perumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara kebugaran jasmani dengan tingkat kinerja pada pegawai kemenpora R.I Deputy IV?”

2) Hipotesis

Terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan kebugaran jasmani dengan tingkat kinerja pada pegawai kemenpora R.I di Deputy IV, Semakin tinggi tingkat kebugaran jasmani seseorang maka semakin tinggi pula tingkat kerjanya (Cox et al., 1988).

3) Penglompokkan Data

Dalam langkah ini peneliti membagi/mengelompokkan sampel dalam 2 kelompok yang memiliki konsen fokus pada arah penelitian yaitu membagi dalam 1 kelompok yang melakukan senam mingguan di kemenpora R.I berjumlah 25 sampel dan 1 kelompok lagi yang tidak



melakukan senam mingguan di kemenpora R.I dan berjumlah 25 sampel, sehingga di dapat total sampel 50.

#### 4) Pengumpulan Data

Dalam tahapan ini peneliti hanya mengambil data yang fokus untuk dijadikan olahan data atau di tafsirkan hasilnya di akhir nanti, sehingga dalam tahapan pengumpulan data peneliti menyandingkannya dengan sebuah angket/kuesioner IPAQ yang nantinya akan peneliti lihat/sandingkan dengan kebugaran jasmani setiap sampel (Kegiatan Senam).

#### 5) Analisis Data

Tekhnik analisis data yang paling sering digunakan dalam Metode penelitian ekspost Facto adalah Causal research (penelitian korelasi) dan kausal komparatif. Untuk itu dalam melihat adanya hubungan antara kebugaran jasmani dengan tingkat kinerja pada pegawai Kemenpora R.I Deputy IV menggunakan analisis Korelasi Bivariat karena dianggap test yang tepat untuk mengetahui hubungan antara 2 variabel yakni X dan Y (Fraenkel et al., 2012)

#### 6) Penafsiran Hasil (Kesimpulan)

Tekhnik Pada tahap terakhir ini peneliti menyimpulkan hasil penelitian tersebut secara terperinci dan jelas. Merumuskan simpulan hasil analisis data akan memberikan kesimpulan penelitian yang merupakan kegiatan akhir penelitian yang berupa data valid hasil dari saat mengambil angket

### 3.7 Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi untuk menguji hubungan dari dua kelompok data atau lebih. Untuk menghitung besarnya korelasi menggunakan tehnik statistika berupa korelasi bivariat (Syahrums & Salim, 2012). korelasi bivariat adalah statistik yang digunakan untuk menerangkan keeratan hubungan antara dua variabel (Syahrums & Salim, 2012). Analisis data dilaksanakan dengan menggunakan bantuan program aplikasi *Statistical Product for Social Science (SPSS)* versi 25.

Adapun tahapan dalam pengolahan data yaitu sebagai berikut:

- 1) Melakukan pengambilan data menggunakan Instrument yang peneliti paparkan diatas.
- 2) Data di input secara manual dari menjadi dalam bentuk format Microsoft Excel.

- 3) Kemudian ikuti panduan cara skoring setiap instrument.
- 4) Kemudian data di olah menggunakan aplikasi SPSS, dengan maksud agar dapat menghasilkan suatu kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan dan menjawab sebuah hipotesis yang ada.

### **3.8 Prosedur Pengolahan Data**

Prosedur pengolahan data penelitian ini adalah :

#### **3.8.1 Deskriptif Data**

Deskriptif data merupakan pengolahan data agar mendapatkan informasi tentang data minimum, maksimum, rata-rata dan standar deviasi. Selain itu deskriptif data berfungsi untuk menggambarkan karakteristik sampel yang di gunakan pada penelitian, seperti jumlah persentase laki-laki dan perempuan, nilai rata-rata dan tingkatan. (Pallant, 2005).

#### **3.8.2 Uji Normalitas Data**

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui nilai distribusi normalitas dengan menggunakan uji *shaviro-smirnov* (Pallant, 2005) karena sampel kurang dari 50 orang. Nilai probabilitas ( $p$ ) atau signifikansi (Sig.) digunakan untuk membandingkan dalam format pengujiannya untuk itu dilakukan Ujian Kebermaknaan, sebagai berikut :

- 1) Jika nilai Sig. atau *P-value*  $> 0,05$  maka dinyatakan data berdistribusi normal.
- 2) Jika nilai Sig. atau *P-value*  $< 0,05$  maka dinyatakan data tidak berdistribusi normal.

### **3.9 Uji Hipotesis**

Berdasarkan hasil perhitungan uji normalitas dan homogenitas data, jika data yang di dapatkan berdistribusi normal dan homogen maka menggunakan analisis uji *Parametric Test*, tes tersebut merupakan salah satu tehnik analisis dalam statistik untuk mencari perbandingan variabel yang bersifat kuantitatif (Fraenkel et al., 2012) dan jika data yang di dapat tidak berdistribusi normal dan tidak bersifat homogen maka menggunakan analisis uji *non-parametric test*, uji ini merupakan salah satu tehnik analisis untuk mencari perbandingan variabel yang bersifat kuantitatif

(Fraenkel et al., 2012). Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kebugaran jasmani pegawai dengan tingkat kinerja pada pegawai Kemenpora R.I Deputy IV, maka dibutuhkan hipotesis yang memenuhi syarat. Adapun hypothesis yang diajukan dalam bentuk kalimat adalah sebagai berikut: “Terdapat hubungan kebugaran jasmani yang melakukan senam mingguan terhadap peningkatan kinerja di Deputy IV”.

Hipotesis penelitian dalam penelitian ini adalah :

- 1) H<sub>0</sub>: Tidak terdapat Hubungan kebugaran jasmani dengan tingkat kinerja pada pegawai kemenpora RI deputy IV.
- 2) H<sub>1</sub>: terdapat hubungan kebugaran jasmani dengan tingkat kinerja pada pegawai kemenpora RI deputy IV.

Dengan dasar pengambilan keputusan, sebagai berikut :

- 1) Jika nilai Sig. atau *P-value* > 0,05 H<sub>0</sub> diterima, maka dinyatakan tidak terdapat hubungan.
- 2) Jika nilai Sig. atau *P-value* < 0,05 H<sub>0</sub> ditolak yang berarti H<sub>1</sub> diterima, maka dinyatakan terdapat hubungan..