

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Populasi Dan Sampel

Dalam penelitian perlu dijelaskan populasi dan sampel yang dapat digunakan sebagai sumber data. Bila hasil penelitian akan digeneralisasikan (kesimpulan data sampel yang dapat diberlakukan untuk populasi) maka sampel yang digunakan sebagai data harus representatif dapat dilakukan dengan cara mengambil sampel dari populasi secara random sampai jumlah tertentu.

Menurut Sugiyono (2009: 117) “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.” Sedangkan menurut Nanang Martono (2010: 15) “populasi adalah keseluruhan objek atau subjek yang berbeda pada suatu wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu berkaitan dengan masalah penelitian, atau keseluruhan unit atau individu dalam ruang lingkup yang akan diteliti”. Jadi populasi bukan hanya orang tapi juga obyek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek/subyek yang dipelajari, tetapi meliputi karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek itu.

Menurut Sugiyono (2009: 118) “sampel adalah bagian atau jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misal karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti akan mengambil sampel dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representative atau mewakili. Sedangkan menurut Nanang Martono (2010: 15) “sample merupakan bagian dari populasi yang mempunyai ciri-ciri atau keadaan tertentu yang akan diteliti, atau sebagian anggota populasi yang dipilih dengan

menggunakan prosedur tertentu sehingga diharapkan dapat mewakili populasi”. Bila sampel tidak mewakili, maka akan membuat kesimpulan yang salah. Jadi dalam penentuan pengambilan sampel harus menggunakan teknik sampling.

Sehingga populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas X dan XI Madrasah Aliyah Negeri Karangampel Kabupaten Indramayu, dan sampel yang penulis gunakan adalah sebanyak 38 orang yang terdiri dari siswa laki-laki yang sesuai dengan kebutuhan penulis. Sedangkan untuk menentukan jumlah sampel yang akan digunakan, penulis mengutip pernyataan dari Sudjana (1987: 73) dalam Ahmad Firdaos Rosidi bahwa:

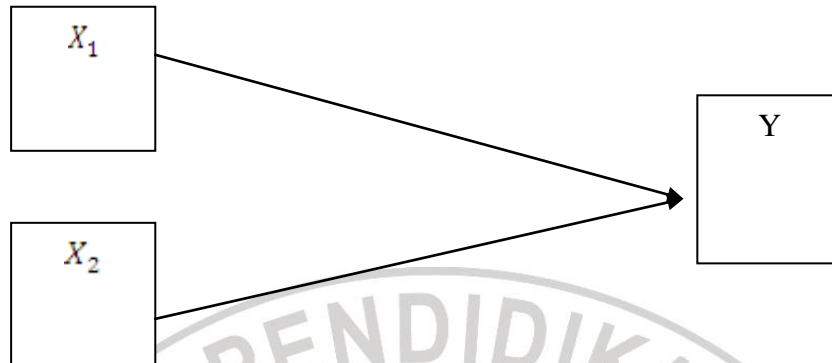
ada pendapat yang bisa dijadikan pegangan sekalipun bukan aturan yang pasti minimal sampel sebanyak 30 subyek. Ini didasarkan atas perhitungan atau syarat pengujian yang lazim digunakan dalam statistika. Pendapat lain ialah terdapat populasi kurang dari 1000 bisa diambil 20-50 persen.

Sedangkan dalam penelitian ini menentukan sampel dengan menggunakan teknik *sampel random sampling*. Penulis memilih *sampel random sampling* karena teknik pengambilan sampel dimana semua orang dalam populasi memiliki probabilitas yang sama untuk menjadi tanpa memperhatikan strata yang ada didalam populasi. Teknik ini adalah teknik yang paling baik untuk menghasilkan sampel yang representatif, dan hasil penelitiannya dapat digeneralisasikan kepada populasi.

B. Lokasi Penelitian

Madrasah Aliyah Negeri Karangampel, jalan raya barat no.99 telp (0234) 484826 karangampel kabupaten indramayu.

C. Desain Penelitian



Gambar 3.1
Desain Penelitian

X_1 = Panjang Tungkai

X_2 = Tinggi Loncatan

Y = Hasil *Lay Up shoot*

Gambar 3.1 menjelaskan bahwa dengan dua variable independent X_1 dan X_2 dan satu variable dependen yaitu Y . untuk mencari hubungan X_1 dengan Y dan X_2 dengan Y , menggunakan teknik korelasi sederhana. Untuk mencari hubungan X_1 dengan X_2 secara bersama-sama terhadap Y menggunakan korelasi ganda.

D. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif korelatif yang bermaksud mengadakan pemeriksaan dan pengukuran-pengukuran terhadap gejala tertentu. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas dalam penelitian ini adalah panjang tungkai dan tinggi loncatan. Sedangkan variabel terikatnya adalah hasil *lay up shoot*.

E. Definisi Operasional

1. Tinggi loncatan Menurut Ali (1988: 553) adalah ukuran seorang dalam melakukan gerak vertical. Dalam hal ini tinggi loncatan yang

dicari adalah tinggi lompatan siswa Madrasah Aliyah Negeri Karangampel.

2. Panjang tungkai menurut Hidayat (1999: 255) adalah panjang tungkai melibatkan tulang-tulang dan otot-otot pembentuk tungkai baik tungkai bawah dan tungkai atas. Tulang-tulang pembentuk tungkai meliputi tulang-tulang kaki, tulang *tibia* dan fibula, serta tulang *femur*. Dalam penelitian ini panjang tungkai yang diukur adalah panjang tungkai siswa Madrasah aliyah Negeri Karangampel.
3. *Lay up shoot* menurut Ambler (1990:36) adalah tembakan yang paling aman dan efektif kalau pemain yang memegang bola tidak dibayangi lawan”. Yang dimaksud *lay up shoot* dalam penelitian ini adalah *lay up shoot* yang dilakukan oleh siswa laki-laki Madrasah aliyah Negeri Karangampel
4. Bola basket menurut Imam Sodikun (1992:8) adalah olahraga bola besar yang dilakukan oleh lima orang dalam satu tim, dimainkan dengan tangan. Bola dioper (dilempar), boleh dipantulkan kelantai baik ditempat atau sambil berjalan dan tujuannya adalah memasukkan bola kedalam ring lawan. Yang dimaksud bola basket dalam penelitian ini adalah mengetahui kemampuan bermain bola basket terutama kemampuan lay up siswa Madrasah Aliyah Negeri Karangampel.

F. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini instrument yang penulis lakukan diantaranya:

1. Meteran yang digunakan untuk mengukur panjang tungkai
2. Vertical Jump atau tes loncat tegak untuk mengukur tinggi lompatan. Mengukur tinggi lompatan dengan tes loncat tegak yang bertujuan untuk mengetahui jangkauan mutlak dari sampel. Tes ini terdiri dari dua tahap yang pertama tanpa menggunakan lompatan hanya berdiri dan tangan ditempelkan pada papan atau dinding berskala. Yang

kedua dengan menggunakan loncatan atau awalan, subyek mengambil awalan dengan membengkokkan kedua lutut sambil posisi tangan diayun ke belakang. Kemudian subyek meloncat setinggi mungkin sambil menepuk dinding berskala dengan tangan. Subyek diberikan kesempatan tiga kali.

3. Test *lay up shoot* digunakan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan sampel dalam melakukan *lay up shoot*, sampel diberi kesempatan sebanyak empat kali percobaan. Cara melakukannya sama dengan gerakan lay up seperti dalam permainan bola basket pada umumnya.

G. Teknik Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data yang dilakukan oleh penulis dalam penelitian ini adalah melakukan tes dan pengukuran, yaitu pengukuran panjang tungkai, mengukur tinggi loncatan dan melakukan tes lay up shoot. Adapun tahapan-tahapan yang dilakukan diantaranya:

1. Pertama adalah mengukur panjang tungkai sampel satu persatu, dengan menggunakan alat ukur tinggi badan yang sudah disediakan jika sudah diperoleh datanya maka langsung ketahap selanjutnya yaitu mengukur atau mencari tinggi loncatan sampel.

Pengukuran dilakukan dengan mengukur satu tungkai kiri atau kanan saja dengan menggunakan meteran. Sampel coba berdiri tegak dengan tungkai tegak lurus dan untuk menentukan ujung dari tungkai (trhocanter major) sampel coba membungkukkan pinggulnya dan dapat diraba bagian tulang yang menonjol. Pengukuran dilakukan dari ujung kaki tanpa alas sampai pada ujung tungkai bagian atas. Ukuran yang diambil dalam satuan sentimeter (cm)



Gambar 3.2

Alat pengukur panjang tungkai

2. Kedua adalah mengukur tinggi lompatan sampel, pertama sampel menyentuh dinding yang sudah di ukur ketinggiannya tanpa awalan atau lompatan, kemudian yang kedua dengan menggunakan lompatan atau awalan, subyek mengambil awalan dengan membengkokkan kedua lutut sambil posisi tangan diayun ke belakang. Kemudian subyek melompat setinggi mungkin sambil menepuk dinding berskala dengan tangan. Subyek diberikan kesempatan tiga kali.

Rumus mengukur tinggi lompatan: tinggi raihan lompatan - tinggi raihan tanpa lompatan = hasil lompatan.

3. Yang terakhir adalah mencari hasil tes *lay up shoot* dengan nilai validitas 0,79 dan nilai reliabilitasnya 0,90 (Alen, 2001: 53). Adapun prosedurnya sebagai berikut:

3.1 Prosedur Umum

- Penjelasan : dalam melakukan tes *lay up shoot* menggunakan dengan irama dua hitungan, tes ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan orang coba dalam melakukan teknik *lay up shoot* pada permainan bola basket, oleh karena itu setiap orang harus melakukan tes secara maksimal.
- Pemanasan : sebelum melakukan tes, sampel coba di instruksikan untuk melakukan pemanasan dengan bimbingan dari peneliti yaitu peregangan statis dan

dinamis. Pada saat pemanasan ditekankan pada anggota tubuh bagian atas dan bawah, kerana dalam tes ini menuntut kesiapan dari anggota tubuh bagian atas dan bawah, dalam hal ini otot tungkai, kaki, lengan, dan tangan.

- Pemberian contoh : penelitian atau testor memberikan contoh sesuai dengan prosedur khusus dalam melakukan tes *lay up shoot*.

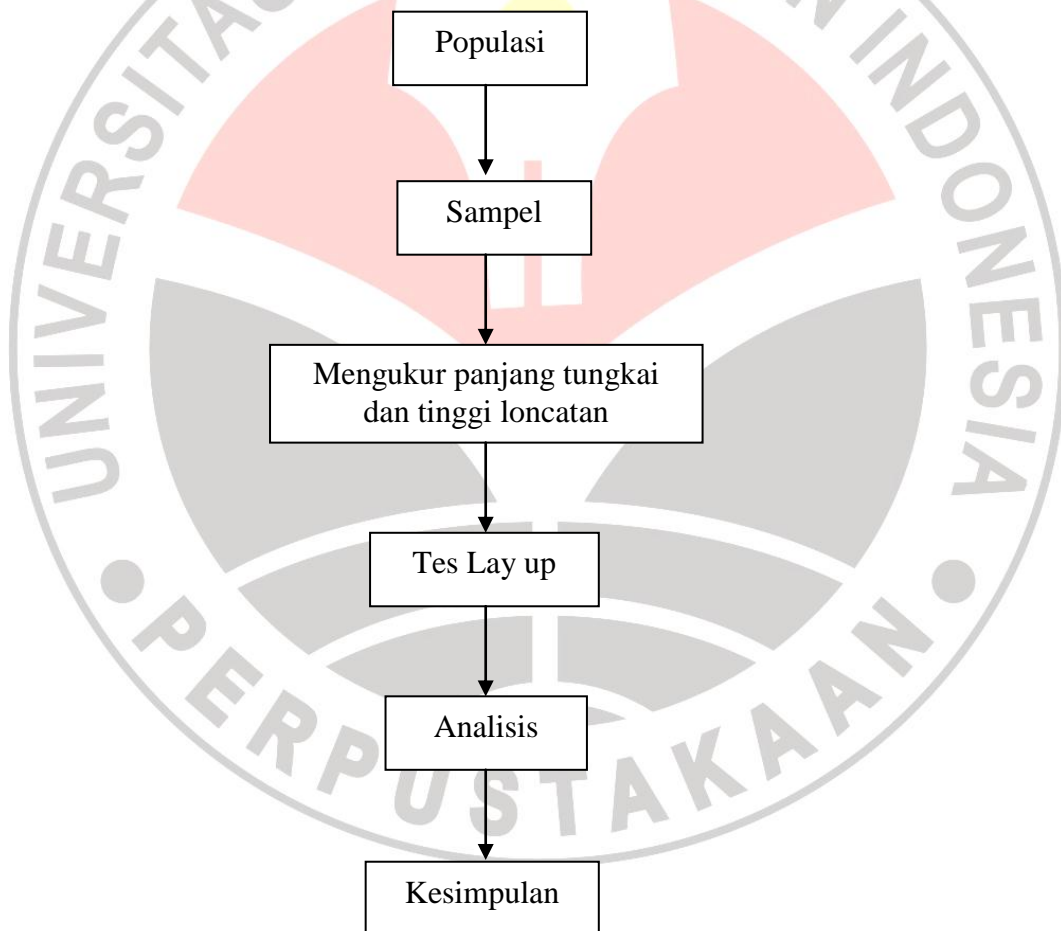
3.2 Prosedur khusus

- Tujuan : mengukur kemampuan *shooting* (tembakan) *lay up shoot*.
- Alat : bola basket, ring basket (keranjang), stopwatch, peluit, kursi, dan formulir penilaian.
- Pelaksanaan : atlet coba berada dalam posisi berdiri rileks dibelakang garis daerah tembakan jarak dua angka dari sebelah kanan atau kiri ring basket. Setelah sampel berdiri pada garis yang ditentukan yaitu disalah satu sisi baik kanan maupun kiri dengan ketentuan 5x5 meter, sampel dipersilahkan mencoba satu kali dari sebelah kiri atau kanan. Ketika mendengar peluit, sampel mencoba menuju bola yang disiapkan pada sebuah bangku (dari sebelah kiri dan kanan), kemudian mencoba melakukan *lay up shoot*, lalu sampel kembali ketempat awal, selanjutnya sampel coba berlari menuju sisi lainnya baik arah kanan maupun kiri secara bergantian secara bergantian selama 30 detik dan atlet melakukannya sebanyak 4x. nilai yang dihitung jika masuk mendapatkan poin satu jika gagal maka nol atau dianulir, tetapi harus sesuai dengan peraturan bola basket saat melakukan *lay up shoot*.
- Catatan : tes dikatakan gagal jika bola *lay up shoot* tidak masuk, maka tidak mendapatkan skor dan sampel coba

melanggar aturan melakukan *lay up shoot* dengan dua hitungan. Tes dikatakan sukses jika bola masuk dan tidak melanggar aturan dua irama hitungan.

- Penilaian : skor dihitung satu jika gerakan dan bola basket masuk ke dalam ring basket. Skor nol diberikan jika sampel coba melanggar aturan *travelling* walaupun bola masuk kedalam ring. Jumlah bola yang masuk kedalam keranjang saat *lay up shoot* dijadikan data penelitian.

Deskripsi penelitian ini dapat dilihat berdasarkan tabel berikut:



Gambar 3.3
Deskripsi Penelitian

H. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji statistika inferensi berupa uji korelasi pearson dan uji perbedaan menggunakan independet sample t test. Dalam melakukan analisis penulis menggunakan program SPSS 17 (statistical for social science).

Uji korelasi pearson berperan untuk menguji hubungan antara panjang tungkai dan tinggi lompatan dengan hasil *lay up shoot* dalam permainan bola basket. Sedangkan uji perbedaan digunakan untuk menguji perbedaan panjang tungkai dan tinggi lompatan dengan hasil *lay up shoot* dalam permainan bola basket.

