

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Metode Penelitian**

Metode penelitian merupakan salah satu cara untuk memperoleh data, menganalisis, dan menyimpulkan hasil penelitian melalui suatu cara yang sesuai dengan prosedur yang digunakan. Dalam hal ini Sugiyono, (2013) menjelaskan bahwa Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif, Menurut Sugiyono, (2019) yang dimaksud metode deskriptif adalah metode yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data atau sampel yang telah terkumpul sebagaimana adanya. Menurut Emzir, (2009) mengungkapkan bahwa Penelitian korelasi melibatkan pengumpulan data untuk menentukan apakah, dan untuk tingkat apa terdapat korelasi dua atau lebih variabel yang dapat dikuantitatifkan. Serta tujuan studi korelasi juga untuk menentukan korelasi antara variabel, atau untuk menggunakan korelasi tersebut untuk membuat prediksi.

Penelitian ini, diajukan untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antara hasil pembelajaran permainan bola besar terhadap kebugaran jasmani pada masa pandemi *Covid-19* di SMK 45 Lembang.

#### **3.2 Desain Penelitian**

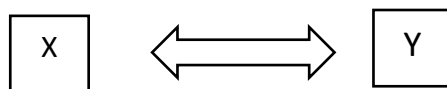
Pada penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif merupakan suatu penelitian yang mempunyai tujuan untuk mendeskripsikan suatu fenomena, peristiwa, gejala dan kejadian yang terjadi secara faktual, sistematis, serta akurat.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk menjelaskan suatu fenomena dengan menggunakan angka yang menggambarkan karakteristik subjek yang diteliti. Pengambilan data untuk variabel pembelajaran permainan bola besar menggunakan *Game Performance Assessment Instrument*

(GPAI) dan untuk variabel kebugaran jasmani menggunakan Tes TKJI (*Tes Kebugaran Jasmani Indonesia*).

Penelitian ini terdiri dari 1 variabel yakni : (a) variabel bebas dilambangkan dengan huruf X dan variabel terikat dilambangkan dengan huruf Y. Adapun jenis variable bebas terdiri dari 1 (satu) variabel yakni : Pembelajaran permainan bola besar (X1), sedangkan variabel terikat terdiri dari 1 (satu) variabel yakni : Kebugaran Jasmani (Y).

Hubungan antar variabel dapat dijelaskan sebagaimana ilustrasi berikut ini:



*Gambar 3. 1*  
*Desain Penelitian*

Keterangan :

X: Bola Besar

Y: Kebugaran Jasmani

⇔: Korelasi antara Variabel X terhadap Variabel Y

### **3.3 Populasi dan Sampel**

#### **3.3.1 Populasi**

Menurut Sugiyono, (2012) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari yang kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek/ subyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subyek/obyek itu. Sedangkan Abduljabar, B., Darajat, (2014) Populasi merupakan sekumpulan objek atau subjek yang mempunyai kualitas atau karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.

Populasi yang dijadikan objek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas X SMK 45 Lembang yang berjumlah 632 siswa dengan rincian sebagai berikut:

- a. X Bisnis Manajemen 1-10
- b. X Pariwisata 1-5
- c. X Tata busana 1
- d. X Asisten perawat 1-2

### 3.3.2 Sampel

Menurut Abduljabar, B., Darajat, (2014) menyatakan bahwa sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel yang diambil haruslah representatif atau mewakili seluruh jumlah populasi yang menjadi objek atau subjek penelitian. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut. Pada hal ini untuk menentukan sampel terdapat teknik untuk menentukannya. Secara operasional sampel yaitu bagian dari populasi untuk diteliti.

Pada penelitian ini menggunakan teknik yang digunakan untuk menentukan sampel pada siswa kelas X adalah *simple random sampling*. Menurut Sugiyono, (2007) dinyatakan simple (sederhana) karena pengambilan sampel anggota populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu

Dalam menentukan sampel menggunakan cara pengundian semua kelas yang memiliki peluang satu kelas yang terpilih. Sampel pada penelitian ini adalah kelas X Pariwisata 1 dengan siswa sebanyak 37 orang.

### 3.4 Tempat Penelitian

Tempat penelitian adalah tempat yang digunakan untuk pengambilan data tentang korelasi pembelajaran permainan bola besar terhadap kebugaran jasmani pada masa pandemic *Covid-19*. Pada penelitian ini pengambilan data dilakukan di SMK 45 Lembang

### 3.5 Instrumen Penelitian

Dalam penelitian, meneliti adalah sesuatu kegiatan untuk melakukan pengukuran, dimana untuk memperoleh data yang akurat diperlukan alat ukur yang

Muhammad Qisthi Adlani, 2022

STUDI KORELASI ANTARA HASIL PEMBELAJARAN PERMAINAN BOLA BESAR TERHADAP KEBUGARAN JASMANI PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI SMK 45 LEMBANG

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

baik, biasanya alat ukur tersebut dinamakan dengan instrumen penelitian. Seperti apa yang dikatakan oleh Sugiyono, (2014) mengatakan Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Sejalan dengan hal tersebut menurut Arikunto, (2006) mengatakan Instrumen Penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah.

Dengan demikian peneliti harus menggunakan instrumen penelitian untuk dapat memperoleh data dengan baik dan akurat. Untuk memperoleh data yang objektif, diperlukan instrumen yang tepat sehingga masalah yang diteliti akan terefleksi dengan baik. Untuk mengukur hasil pembelajaran permainan bola besar peneliti menggunakan *Game Performance Assessment Instrument* (GPAI), sedangkan untuk mengukur kebugaran jasmani, peneliti menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI).

### **3.5.1 Instrumen untuk Mengukur Hasil Pembelajaran Permainan Bola Besar**

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan untuk mengukur hasil pembelajaran permainan bola besar yaitu *Game Performance Assessment Instrument* (GPAI). Griffin, Mitchell, (1997) telah menciptakan suatu instrumen penilaian yang diberi nama *Game Performance Assessment Instrument* (GPAI) yaitu Tes Membuat Keputusan Taktik dan Pelaksanaan Keterampilan sebagai sarana untuk membantu para guru dan pelatih dalam mengobservasi dan mendata penampilan keterampilan pemain sewaktu permainan berlangsung. Ada tujuh komponen seperti apa yang dikatakan oleh Sucipto, (2015) yaitu:.

- a. Kembali ke pangkalan (*home base*)
- b. Menyesuaikan diri (*adjust*)
- c. Membuat keputusan (*decision making*)
- d. Melaksanakan keterampilan (*skill execution*)
- e. Memberi dukungan (*support*)
- f. Melapis teman (*cover*)
- g. Menjaga atau mengikuti gerak lawan (*guard or mark*)

Namun instrumen GPAI sifatnya fleksibel, guru pendidikan jasmani dapat menentukan hasil sendiri komponen apa saja yang perlu diamati. Idealnya guru pendidikan jasmani perlu menggunakan ke tujuh penilaian di atas untuk melihat penampilan bermain siswa secara menyeluruh. Namun, komponen seperti membuat keputusan (*decision making*), melaksanakan keterampilan (*skill execution*), dan memberi dukungan (*support*) sudah cukup untuk mewakili komponen lainnya untuk melihat penampilan bermain siswa (Sucipto, 2015). Adapun format penilaian GPAI yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

*Table 3. 1*  
*Format Penilaian Instrument*  
*Pembelajaran Permainan Bola Besar*

Komponen Penampilan Bermain	Kriteria Sepak bola (Sucipto, 2015)	Kriteria Bola Basket (Anderson, 2015)	Kriteria Bola Voli (Setiawan, 2014)
Keputusan Yang Diambil ( <i>Decision Making</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Berusaha mengoper bola keteman yang berdiri bebas.</li> <li>- Menghindari dari kawalan lawan saat menerima bola.</li> <li>- Melakukan tendangan dengan tenang tidak terburu-buru.</li> <li>- Menggiring bola dengan cepat keruang yang kosong tanpa kawalan.</li> <li>- Melihat situasi pergerakan lawan saat ingin <i>mendribbling</i> bola kedepan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemain berusaha mengoper bola pada pemain yang berdiri Bebas</li> <li>- Pemain berusaha mencetak angka ketika memungkinkan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa menggunakan keterampilan yang tepat pada saat yang tepat (pasing bawah, pasing atas, dan spike)</li> </ul>

Muhammad Qisthi Adlani, 2022

**STUDI KORELASI ANTARA HASIL PEMBELAJARAN PERMAINAN BOLA BESAR TERHADAP KEBUGARAN JASMANI PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI SMK 45 LEMBANG**

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

Melaksanakan Keterampilan ( <i>Skill Execution</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Akurasi tendangan yang dioper siswa mengarah tepat sasaran.</li> <li>- Bola yang ditendang tidak melambung ke atas tetapi datar menyusuri tanah.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bola operan mengenai sasaran</li> <li>- Lecutan pergelangan tangan saat menembak</li> <li>- Bola masuk ke gawang lawan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa mengumpan bola secara akurat ke teman</li> <li>- Spiker menempatkan bola pada lapangan lawan padaposisi yang sulit untuk di jangkau lawan.</li> </ul>
Memberikan dukungan ( <i>Support</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa yang menerima operan bergerak mencari ruang yang kosong tanpa ada kawalan sehingga mempermudah siswa yang ingin menendang bola.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemain bergerak menempati Posisi yang bebas untuk menerima operan bola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dalam situasi menyerang. pemain belakang meng-cover spiker yang berusaha melewati bola kearah lawan dan bersiap menerima kembali bola jika bola hasil spiker mampu dibendung oleh lawan</li> <li>- Dalam posisi bertahan.</li> <li>- Ketika bola berada disisi lawan pemain yang berada pada daerah serangan tetap berada dalam posisi mengawasi pergerakan spiker lawan dan bersiap untuk membendung serangan lawan.</li> </ul>

### 3.5.2 Instrumen untuk mengukur Kebugaran Jasmani

Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) untuk mengukur tingkat kebugaran jasmani dari sampel. Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) telah disepakati dan ditetapkan menjadi instrumen / alat tes yang berlaku di seluruh wilayah Indonesia, karena TKJI disusun dan disesuaikan dengan kondisi anak Indonesia. TKJI dibagi dalam 4 kelompok usia, yaitu : 6-9 tahun, 10-12 tahun, 13-15 tahun, dan 16-19 tahun. Komponen tes kebugaran jasmani ini meliputi gabungan komponen kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan dan kebugaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan. Kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan yaitu meliputi daya tahan *kardiovaskuler*, daya tahan otot. Pada penelitian ini akan menggunakan tes untuk kelompok usia 16-19 tahun. Adapun prosedur pelaksanaan adalah sebagai berikut :

a. Rangkaian Tes :

- 1) Lari 60 meter.
- 2) Gantung angkat tubuh (pull up) selama 60 detik.
- 3) Baring duduk (sit up) selama 60 detik.
- 4) Loncat tegak (vertical jump)
- 5) Lari 1200 meter

b. Alat dan Fasilitas :

- 1) Lintasan lari
- 2) Stop watch
- 3) Bendera start
- 4) Tiang pancang
- 5) Formulir tes
- 6) Papan Skala
- 7) Peluit
- 8) Alat tulis

## c. Ketentuan Tes :

Perlu dipahami bahwa butir tes dalam TKJI bersifat baku dan tidak boleh dibolak-balik , dengan urutan pelaksanaan tes sebagai berikut

*Table 3. 2*  
*Nilai Tes Kebugaran Jasmani Indonesia*  
*Usia 16-19 Tahun*

Nilai	Lari 60 Meter	Gantung Siku Tekuk	Baring Duduk 60 Detik	Loncat Tegak	Lari 1200 meter	Nilai
5	s.d - 7,2"	19 ke atas	41 ke atas	73 ke atas	s.d - 3'14"	5
4	7,3"-8,3"	14 - 18	30 - 40	60 - 72	3'15 - 4'25"	4
3	8,4"-9,6"	9 - 13	21 - 29	50 - 59	4'26 - 5'12"	3
2	9,7"-11,0"	5 - 8	10 - 20	39 - 49	5'13" - 6'33"	2
1	11,1"-dst	0 - 4	0 - 9	38 dst	6'34 - dst	1

*Table 3. 3*  
*Norma Tingkat Kebugaran Jasmani Indonesia*  
*Usia 16-19 Tahun*

No.	Jumlah Nilai	Klasifikasi Kebugaran Jasmani
1	22 - 25	Baik sekali (BS)
2	18 - 21	Baik (B)
3	14 - 17	Sedang (S)
4	10 - 13	Kurang



### 3.6 Teknik Analisis Data

Model analisis data adalah suatu metode atau cara yang digunakan untuk menganalisis atau mengolah data yang diperoleh dari penelitian yang telah dilakukan dan selanjutnya data yang sudah ada akan diolah dan dianalisis dengan menggunakan sebuah *software* untuk windows yaitu *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 25. Setelah data dari *Game Performance Assessment Instrument* (GPAI) dan tes TKJI terkumpul, langkah pertama adalah mengolah dan menganalisis data tersebut secara statistik.

#### 3.6.1 Deskriptif Data

Statistik deskriptif atau deskriptif data adalah bagian dari ilmu statistika yang hanya mengolah, menyajikan data tanpa mengambil keputusan untuk populasi, dan analisis deskriptif merupakan bentuk analisis data penelitian untuk menguji hasil penelitian berdasarkan satu sampel. Jenis statistik deskriptif yang diteliti yaitu rata-rata mean dan simpangan baku. Menurut Abduljabar, B., Darajat, (2014) nilai rerata dari kelompok data, diperkirakan dapat mewakili seluruh nilai data yang ada dalam kelompok tersebut. Standar deviation (simpangan baku) adalah suatu nilai yang menunjukkan tingkat (derajat) variasi kelompok atau ukuran standar penyimpanan reratanya. Tujuan analisis deskriptif ini untuk membuat gambaran secara sistematis data yang faktual dan akurat mengenai fakta-fakta serta hubungan antar fenomena yang diselidiki atau diteliti. Analisis deskriptif bertujuan untuk mengetahui nilai mean, median, maximum dan minimum dari masing-masing variable.

#### 3.6.2 Uji Prasayarat Analisis

##### 3.6.2.1 Uji Normalitas

Analisis Uji Normalitas untuk melihat apakah data yang digunakan dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak, dengan pengambilan keputusan apabila nilai signifikan atau probabilitas  $< 0,05$ , maka data tersebut berdistribusi tidak normal dan sebaliknya apabila nilai signifikansi atau probabilitas  $> 0,05$  maka data tersebut berdistribusi normal (Negara, J. D. K., Abduljabar, B., & Hambali, 2019).

### 3.6.2.3 Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian homogen atau tidak. Dalam uji homogenitas data dapat dilakukan dengan pengujian menggunakan *levene statistic* dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0.05$ . Jika hasil nilai sig.  $> 0.05$  data tidak homogen dan jika nilai sig.  $< 0.05$  data homogen (Negara, J. D. K., Abduljabar, B., & Hambali, 2019).

### 3.7 Uji Korelasi

Menurut Sugiyono, (2018) menyatakan bahwa: korelasi *product moment* digunakan untuk mencari pengaruh dan membuktikan hipotesis pengaruh dua variabel bila data kedua variabel berbentuk interval atau rasio. Dan sumber data dari dua variabel atau lebih adalah sama. Setelah angka korelasi didapat, maka bagian kedua adalah menguji apakah angka korelasi yang didapat benar-benar signifikan atau dapat digunakan untuk menjelaskan variable.

*Table 3. 4*  
*Pedoman untuk memberikan interpretasi terhadap koefisien korelasi*

<i>Interval Koefisien</i>	<i>Tingkat Pengaruh</i>
0,000 - 0,199	Sangat Rendah
0,200 - 0,399	Rendah
0,400 - 0,599	Sedang
0,600 - 0,799	Kuat
0,800 - 1,000	Sangat Kuat

*Sumber:* (Sugiyono, 2017)

