

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Dalam suatu penelitian diperlukan suatu metode agar penelitian berjalan dengan baik. Seperti yang diungkapkan oleh Sugiyono, (2013), “Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu”. Untuk itu perlu dipilih secara cermat metode yang akan dipakai dalam suatu penelitian. Metode merupakan suatu cara yang ditempuh untuk mencapai tujuan, sedangkan tujuan dari penelitian adalah untuk mengungkapkan, menggambarkan, dan menyimpulkan hasil pemecahan masalah melalui cara-cara tertentu sesuai dengan prosedur penelitian. Berdasarkan beberapa pernyataan di atas, maka metode yang digunakan penulis untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah metode eksperimen.

Metode ini digunakan atas dasar pertimbangan bahwa penelitian eksperimen yaitu mencobakan sesuatu untuk mengetahui pengaruh atau suatu perlakuan atau *treatment*. Metode eksperimen yang akan digunakan pada penelitian ini adalah *Quasi Experimental Design* tidak termasuk dalam penggunaan penugasan acak (*random assignment*). Peneliti yang menggunakan desain penelitian ini mengandalkan pada teknik lain untuk mengendalikan (atau setidaknya mengurangi) ancaman terhadap validitas internal (Fraenkel & Wallen, 2012). Desain pada penelitian ini adalah *The Matching-Only Pretest-Posttest Control Group Design*. Dengan subjek di setiap kelompok telah dicocokkan pada variabel tertentu tetapi tidak secara acak ditugaskan dalam kelompok.

Treatment yang dilakukan adalah integrasi program *life skills* yang dilakukan sebanyak 12 kali pertemuan, sesuai dengan pendapat Juliantine, dkk (2007) menyatakan bahwa sebagai percobaan untuk mendapatkan hasil yang baik bisa pula dilaksanakan dalam frekuensi latihan 3 hari/minggu. Sedangkan lamanya latihan paling sedikit 4-6 minggu. Jadi dapat diambil kesimpulan perlakuan eksperimen dapat dilakukan paling sedikit 12-18 kali pertemuan. Oleh karena itu, dalam penelitian ini hanya 12 kali pertemuan dan 2 kali pertemuan untuk *pretest* serta *posttest*.

Desain penelitian ini dapat dilihat pada Gambar 3.1:

Kelompok		<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
A	M	O ₁	X ₁	O ₂
B	M	O ₃	X ₂	O ₄

Gambar 3. 1 Desain Penelitian The Matching-Only Pretest-Posttest Control Group Design (Fraenkel & Wallen, 2012):

Keterangan

A. : Kelompok Terintegrasi *Life Skills*

B. : Kelompok Nonintegrasi *Life Skills*

M : Pencocokan subjek penelitian

O₁ : *Pre-test* Kelompok Terintegrasi *Life Skills*

O₂ : *Post-test* Kelompok Terintegrasi *Life Skills*

O₃ : *Pre-test* Kelompok Nonintegrasi *Life Skills*

O₄ : *Post-test* Kelompok Nonintegrasi *Life Skills*

X₁ : Program Pelatihan Hoki Terintegrasi *Life Skills*

X₂ : Program Pelatihan Hoki Nonintegrasi *Life Skills*

3.2. Partisipan

Partisipan atau subjek utama dalam penelitian ini adalah atlet hoki di SMAN 27 Kota Bandung berjumlah 30 orang, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan berusia antara 12-24 tahun. Hal ini sesuai dengan pendapat menurut WHO, yang disebut remaja adalah mereka yang berada pada tahap transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai dengan 24 tahun. Artinya, Pada tahap ini, anak masih mengembangkan kepribadiannya dan sangat cocok untuk memberikan pengetahuan positif. Oleh karena itu, peneliti berencana untuk melakukan penelitian ini pada pemain hoki remaja Bandung karena mereka dianggap sebagai sampel penelitian yang cocok.

3.3. Populasi dan Sampel

Untuk memecahkan masalah penelitian diperlukan sumber data yang disebut populasi dan sampel penelitian. Setiap penelitian memerlukan sejumlah objek yang akan diteliti, populasi merupakan sumber data yang sangat penting. Populasi memegang peran penting dalam suatu penelitian. Karena populasi merupakan keseluruhan sumber data atau objek yang akan diteliti. Fraenkel et al. (2012)

Muhamad Suma Wijaya, 2023

INTEGRASI LIFE SKILLS MELALUI OLAHRAGA HOKI DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT (PYD)

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

menjelaskan bahwa, populasi adalah kelompok yang diteliti, kelompok yang peneliti generalisasikan temuannya. Dengan kata lain, populasi harus merupakan populasi yang dapat diakses karena peneliti perlu menggeneralisasikannya. Berdasarkan pernyataan tersebut maka populasi yang dapat diakses oleh peneliti adalah atlet remaja yang tergabung dalam hoki di SMAN 27 Kota Bandung, sementara sampel dari penelitian ini adalah 30 orang atlet laki-laki dan perempuan yang dibagi menjadi dua kelompok sampel yaitu kelompok eksperimen ($n = 15$ orang) dan kelompok kontrol ($n = 15$ orang).

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling, dengan kata lain berdasarkan pengetahuan sebelumnya dari populasi dan tujuan spesifik dari penelitian, peneliti menggunakan penilai pribadi untuk memilih sampel. Sampel pada penelitian ini adalah atlet berusia 12 – 24 tahun di SMAN 27 Kota Bandung dengan rincian sebagai berikut:

Karakteristik dalam menentukan sampelnya itu:

1. Bersekolah di SMAN 27 Kota Bandung
2. Mengikuti Ekstrakurikuler hoki
3. Berusia 12-24 tahun

Dari karakteristik tersebut peneliti memilih 30 orang yang sesuai dengan karakteristik tersebut dan selanjutnya membagi kedalam 2 kelompok sebagai berikut:

- a. Kelompok A yaitu atlet remaja hoki di SMAN 27 Kota Bandung (yang mengikuti pelatihan hoki dengan diberi integrasi *life skills*) berjumlah 15 orang.
- b. Kelompok B yaitu atlet remaja hoki di SMAN 27 Kota Bandung (yang mengikuti pelatihan hoki tetapi tidak diberi integrasi *life skills*) berjumlah 15 orang.

3.4. Instrumen Penelitian

3.4.1. *Life skills Scale for Sport (LSSS)*

Instrumen yang digunakan untuk mengukur perkembangan *life skills* siswa adalah instrumen kuisioner *Life skills Scale for Sport (LSSS)* dari Cronin & Allen (2017). Instrumen kuisioner LSSS tersebut dikembangkan untuk partisipan olahraga kaum muda dengan rentang usia 12 – 24 tahun. Instrumen kuisioner LSSS tersebut berisi 8 *life skills*, yaitu, *teamwork*, *goal setting*, *time management*,

Emotional skill, intrapersonal communication, social skills, leadership, problem solving and decision making. Instrumen kuesioner LSSS tersebut berisi delapan komponen *life skills* utama yang terdiri atas 47 item pertanyaan dengan tipe pertanyaan tertutup. Rentang skala nilai yang digunakan adalah rentang skala lima poin dari 1 (*not at all*) hingga 5 (*very much*).

3.5 Prosedur Penelitian

Penelitian ini meliputi tiga tahap yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap pelaporan. Rincian pada masing-masing tahap adalah sebagai berikut :

3.5.1 Tahap Persiapan

Pada tahap ini, peneliti melakukan penyusunan konsep rancangan penelitian seperti mengkaji literatur tentang aspek-aspek *life skills* dalam olahraga, kegiatan pelatihan hoki dan mengkaji literatur mengenai instrumen *life skills* melalui olahraga. Setelah melakukan penyusunan konsep rancangan penelitian tersebut, penelitian melakukan kegiatan-kegiatan sebagai berikut :

- a. Melakukan observasi ke SMAN 27 Kota Bandung.
- b. Menentukan lapangan yang akan di jadikan penelitian.
- c. Mengurus perizinan.
- d. Menentukan populasi dan kelompok sampel yang kan dilibatkan dalam penelitian.
- e. Menentukan jadwal kunjungan ke SMAN 27 Kota Bandung untuk meminta izin memberikan pemahaman maksud dan tujuan penelitian yang akandilakukan.
- f. Melakukan penyusunan dan penyesuaian instrumen penelitian LSSS dan CPYDS yang akan digunakan untuk mengukur *life skills* dan *Positive Youth Development* pada atlet.
- g. Membuat program integrasi *life skills* ke dalam latihan olahraga dengan mengacu kepada integrasi program *life skills*.

3.5.2 Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini penelitian melakukan kegiatan pelaksanaan penelitian yaitu sebagai berikut :

- a. Melakukan penyebaran instrumen LSSS dan CPYDS awal (pretest) kepada kelompok pemuda yang dijadikan sampel penelitian.

- b. Memberikan treatment berupa program pelatihan hoki yang diintegritaskan life skills selama 12 pertemuan kepada Grup A. Terdapat empat prinsip menurut (Kendellen et al., 2017) untuk mengajarkan life skills. yaitu (a) focus on one life skill per lesson, (b) introduce the life skill at the beginning of the lesson, (c) implement strategies to teach the life skill throughout the lesson, and (d) debrief the life skill at the end of the lesson, yaitu (a) fokus pada satu kecakapan hidup dalam satu pertemuan latihan, (b) mengenalkan kecakapan hidup pada awal latihan, (c) menerapkan strategi untuk mengajarkan kecakapan hidup sepanjang latihan dan (d) menanyakan kecakapan hidup pada akhir latihan.
- c. Memberikan treatment berupa program latihan hoki tetapi tidak diintegrasikan life skills selama 12 pertemuan kepada Grup B.
- d. Melakukan instrumen LSSS dan CPYDS akhir (posttest) kepada kelompok remaja yang dijadikan sampel penelitian.

3.5.3 Tahap Akhir atau Pelaporan

Pada tahap ini terdiri atas proses pengumpulan, pengelolaan dan analisis data hasil penelitian. Secara garis besar dapat dipaparkan sebagai berikut :

- a. Melakukan pengumpulan data dan verifikasi data.
- b. Melakukan tabulasi data sesuai dengan jawaban untuk setiap komponen *lifeskills*.
- c. Melakukan analisis data penelitian menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensial.
- d. Melakukan penyajian data dalam bentuk tabel maupun grafik untuk menggambar hasil penelitian.
- e. Melakukan pengujian terhadap hipotesis penelitian dengan menggunakan perhitungan statistik melalui program SPSS.
- f. Melakukan interpretasi terhadap hasil analisis data yang kaitkan dengan hasil pengujian hipotesis statistik.

3.8. Analisa Data

Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan software statistik IBM SPSS versi 25. Analisis statistik inferensial dilakukan setelah pengujian normalitas dan homogenitas. Karena penggunaan statistik parametris memiliki syarat bahwa setiap variabel yang akan dianalisis harus berdistribusi normal dan data dua kelompok atau lebih yang diuji harus homogen (Sugiyono, 2013). Apabila data penelitian tidak berdistribusi normal dan tidak homogen, maka analisis data menggunakan statistik non-parametris.

3.8.1. Gain Score

Nilai *gain score* bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan suatu metode atau perlakuan tertentu dalam penelitian menggunakan kelompok kontrol (*quasi experiment* atau *true experiment*). Uji *gain score* dilakukan dengan cara menghitung selisih antara nilai *pretest* (tes sebelum diterapkannya metode atau perlakuan tertentu) dan *posttest* (tes sesudah diterapkannya metode atau perlakuan tertentu). Maka akan diketahui apakah penggunaan atau penerapan metode tertentu dapat dikatakan efektif atau tidak. Untuk menghitung *gain score* dengan menggunakan bantuan software SPSS versi 25. Rumus *gain score* yaitu $posttest-pretest / skor\ maksimal-pretest$.

3.8.2. Uji Normalitas

Test utama untuk uji normalitas antara lain, *Uji Kolgomorov-Smirnov*, *Uji Liliefors*, dan *Uji Shapiro Wilk*. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji normalitas *shapiro-wilk* karena ukurna sampel pada penelitian kurang dari 50. Untuk melakukan interpretasi hasil pengujian normalitas dengan cara melihat nilai signifikansi (*sig.*) atau probabilitas (*p-value*) pada Tabel *Test of Normality* bagian *Shapiro Wilk* kemudian membandingkan dengan taraf signifikansi alpha (α) 0.005. Adapun dasar pengambilan keputusannya sebagai berikut :

3.8.3. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk apakah data penelitian memiliki varians yang sama atau homogen. Uji homogenitas digunakan juga sebagai prasarat pada statistik parametrik. Uji homogenitas pada penelitian ini menggunakan *Levene*

Statistic dengan bantuan SPSS versi 25. Adapun langkah-langkah untuk pengujian homogenitas sebagai berikut :

Untuk melakukan interpretasi hasil pengujian homogenitas dengan cara melihat nilai signifikansi (*sig.*) atau probabilitas (*P-value*) pada Tabel *Test of Homogeneity of Variances* kemudian membandingkannya dengan taraf signifikansi alpha (α) 0.005. Adapun dasar pengambilan keputusan sebagai berikut :

3.9. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis berdasarkan pertanyaan penelitian dan hipotesis menggunakan uji t yaitu *Independent Sample t-Test* dengan bantuan software statistik IBM SPSS versi 25.