

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Sampel Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Basket MTs Sunan Kalijaga Siwuluh, Kecamatan Bulakamba, Kabupaten Brebes, Provinsi Jawa Tengah. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Februari sampai dengan bulan Mei 2012. Aktivitas dilakukan selama enam minggu dengan frekuensi sebanyak delapan belas kali pertemuan. Jangka waktu tersebut berdasarkan rujukan menurut Kosasih (1985:28), yang mengatakan bahwa : “Sebaiknya berlatih paling sedikit tiga kali seminggu...”. Lebih lanjut Sajoto (1990:48), menjelaskan bahwa : ”Latihan tiga kali setiap minggu, agar tidak terjadi kelelahan yang kronis. Adapun lama latihan yang di perlukan adalah selama enam minggu”.

Populasi dan sampel merupakan bagian terpenting dari sebuah penelitian. Sumber data dalam penelitian disebut populasi dan sampel penelitian. Populasi menurut Sudjana (2002 : 6) adalah ”Totalitas semua nilai yang mungkin, hasil menghitung pengukuran kuantitatif dan kualitatif mengenai karakteristik tertentu mengenai sekumpulan objek yang jelas dan lengkap”. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Laki-laki di MTs Sunan Kalijaga Siwuluh, Brebes kelas 7. Pengambilan sampel yang penulis lakukan dengan purposive sampling atau sampel bertujuan. Arikunto (2002 : 117) menjelaskan bahwa : ”Sampel bertujuan dilakukan dengan cara mengambil

subjek bukan didasarkan dari strata, random, atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu”. Arikunto (2002:108) menjelaskan bahwa “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Sedangkan sampel penelitian adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti”. Dari populasi tersebut diambil sampel penelitian . Tentang jumlah sampel penelitian, Arikunto (2002:112) menjelaskan sebagai berikut :

”Untuk sekedar ancer-ancer maka apabila subyek kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subyeknya besar dapat diambil antara 10 – 15% atau 20 – 25 % atau lebih. Hal ini tergantung dari : 1) Kemampuan peneliti dilihat dari waktu, tenaga dan dana, 2) sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subyek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya data, dan 3) besar kecilnya resiko yang harus ditanggung oleh peneliti.”

Populasi yang akan penulis teliti adalah siswa laki-laki kelas 7 yang jumlahnya 154 siswa. Berdasarkan penjelasan di atas, penulis mengambil 60 siswa sebagai sampel penelitian. Kemudian sampel di bagi menjadi 2 kelompok masing-masing kelompok berjumlah 30 siswa. Keteraturan dan kesanggupan siswa dalam melakukan aktivitas sangat berpengaruh terhadap hasil penelitian.

B. Desain Penelitian

Desain penelitian bertujuan untuk mempermudah langkah-langkah yang ingin dilakukan, untuk mempermudah langkah tersebut diperlukan suatu alat yang dijadikan pegangan agar penelitian tidak keluar dari jalur yang telah ditetapkan sehingga hasil yang diperoleh akan sesuai dengan harapan. Penulis

menggunakan desain penelitian yang sesuai dengan tujuan penelitian serta pokok masalah yang ingin diungkapkan.

Berkaitan dengan keefektifan dari dua model latihan maka desain penelitiannya penulis gambarkan yaitu desain penelitian kemajuan belajar, dilihat dari pretest dan posttest : $O_1 \times O_2$

O_1 = nilai pre test

O_2 = nilai post test

Pengaruh hasil penelitian = $O_2 - O_1$

C. Metode Penelitian

Metode penelitian sangat diperlukan untuk menunjang tercapainya tujuan penelitian. Metode adalah cara atau jalan yang ditempuh untuk mencapai tujuan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengungkapkan, menggambarkan, dan mengumpulkan data untuk menguji kebenaran hipotesis. Metode yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah Metode Eksperimen atas dasar pertimbangan bahwa sifat penelitian eksperimen adalah mencobakan sesuatu untuk mencari pengaruh atau sebab akibat dari suatu perlakuan atau *treatment*. Dalam hal ini penulis menggunakan dua variabel yaitu pelajaran pendidikan jasmani di pagi dan siang hari sebagai variabel bebas dan hasil belajar keterampilan basket sebagai variabel terikat.

Mengenai metode eksperimen Arikunto (2002 : 3) berpendapat bahwa :

adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab - akibat (hubungan kasual) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminir Eksperimen atau mengurangi faktor-faktor lain yang mengganggu.

Zakiyatul Fitri, 2012

Pengaruh Aktivitas Penjas Di Pagi Dan Siang Hari Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Bola Basket Di Mts Sunan Kalijaga Siwuluh Kecamatan Bulakamba Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2011/2012

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Dapat disimpulkan bahwa eksperimen adalah suatu kegiatan dalam penelitian yang dilakukan untuk mendapatkan informasi yang berasal dari data yang terkumpul dan menguji hipotesis.

D. Definisi Operasional

Beberapa istilah yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengaruh menurut Poerwadarminta (1984:731), adalah daya yang ada atau yang timbul dari sesuatu yang berkuasa atau yang berkekuatan.
2. Aktivitas adalah kegiatan yang dilakukan
3. Supandi (1990:29) mengemukakan bahwa “Pendidikan jasmani adalah suatu pendidikan yang menggunakan fisik atau tubuh serbagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas-aktivitas jasmani”.
4. Jam pelajaran pagi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah jam pelajaran dari jam tujuh sampai jam sepuluh. Seperti yang ditulis oleh Gunawan Munsyi dalam blogdetik.com 18 mei 2009.
5. Jam pelajaran siang adalah antara jam 10.00 dan 14.00. Seperti yang ditulis oleh Gunawan Munsyi dalam blogdetik.com 18 mei 2009.
6. Belajar adalah proses yang mengantarkan kearah perubahan prilaku (baik kognitif, efektif, maupun psikomotor). Hidayat Y (2008:24).
7. Keberhasilan belajar berupa pengetahuan dan ilmu yang diperoleh dalam proses belajar yang berarti juga tercapainya tujuan pembelajaran.

8. Keterampilan belajar adalah teknik dan taktik dalam suatu cabang yang dipelajari. Kemampuan melakukan suatu tugas atau aktivitas fisik yang menuntut ketepatan, kecermatan, kecepatan dalam pelaksanaannya. Keterampilan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keterampilan dalam permainan bola basket.
9. Basket adalah salah satu cabang olahraga permainan yang ada dalam kurikulum sekolah dan menjadi salah satu ekstrakurikuler.

E. Instrumen Penelitian

Keberhasilan penelitian sangat ditentukan oleh baik tidaknya instrumen yang digunakan. Instrumen adalah alat untuk melakukan sesuatu dalam penelitian. Arikunto (2002) mengartikan instrumen sebagai pengumpul data sebagai alat bantu yang dipilih dan digunakan peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut lebih sistematis dan dipermudah olehnya. Berdasarkan tujuan penelitian yang telah dirumuskan, maka instrumen yang digunakan untuk memperoleh data adalah tes keterampilan bola basket yang terdiri dari tiga butir tes yaitu, meliputi :

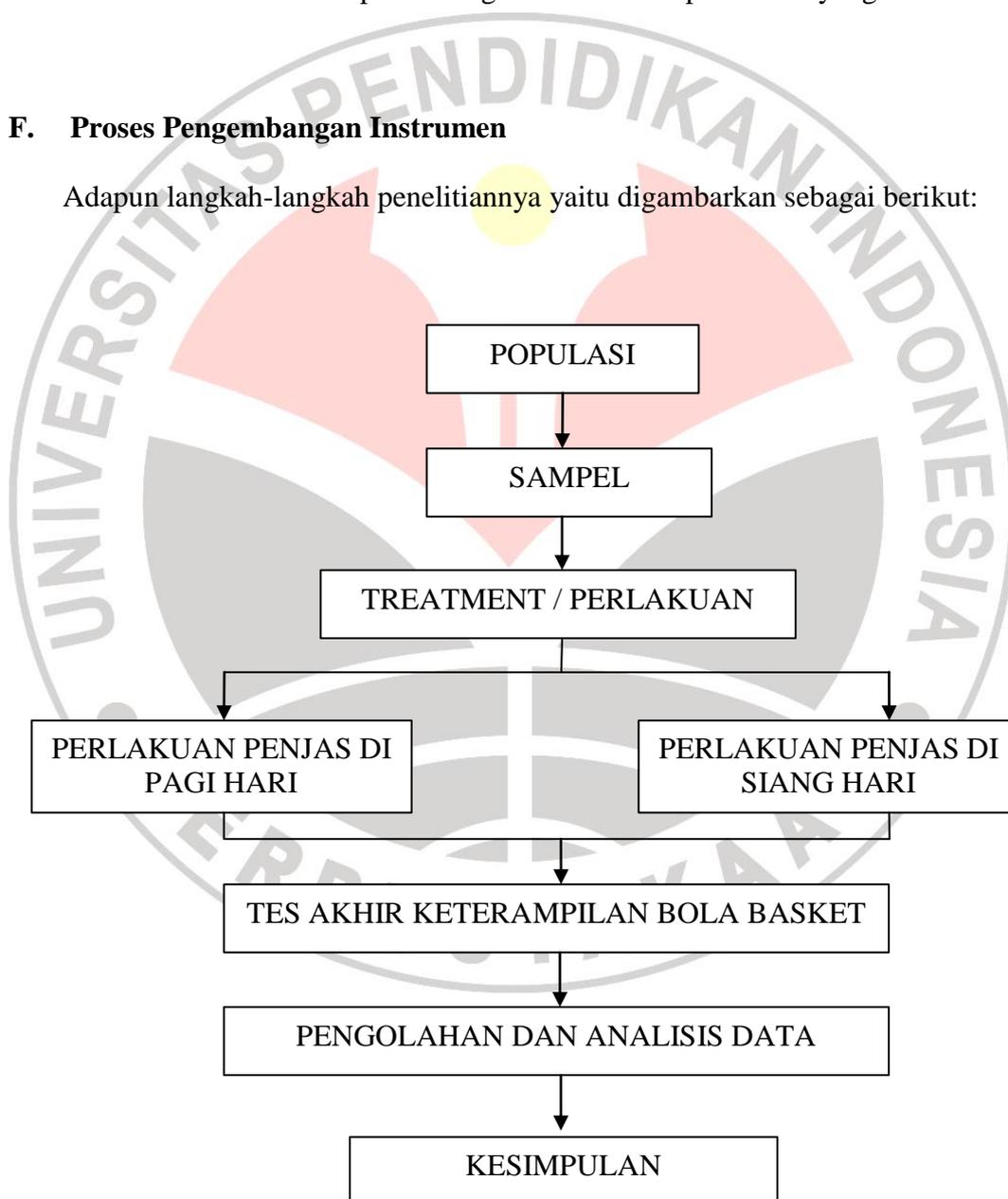
- 1) Tes melempar dan menangkap bola atau tes *passing* ke tembok selama 30 detik , memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,85 dan validitas 0,58 (Johnson dan Lehsten yang dikutip oleh Lukman, 2001:64-67).
- 2) Tes memasukkan bola ke keranjang basket selama 30 detik, memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,87 dan validitas 0,79 (Johnson dan Lehsten yang dikutip oleh Lukman, 2001:64-67).

- 3) Tes menggiring bola atau *dribble zig-zag* selama 30 detik, memiliki nilai reliabilitas sebesar 0.77 dan validitas 0,56 (Johnson dan Lehsten yang dikutip oleh Lukman, 2001:64-67).

Tes awal dilakukan dengan maksud dan tujuan untuk mengetahui bahwa kedua kelompok berangkat dari kemampuan awal yang sama.

F. Proses Pengembangan Instrumen

Adapun langkah-langkah penelitiannya yaitu digambarkan sebagai berikut:



Zakiyatul Fitri, 2012

Pengaruh Aktivitas Penjas Di Pagi Dan Siang Hari Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Bola Basket Di Mts Sunan Kalijaga Siwuluh Kecamatan Bulakamba Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2011/2012

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Dari gambar di atas, maka dalam langkah penelitian penulis terlebih dahulu mengambil populasi untuk penelitian adalah siswa laki-laki kelas 7 MTs Sunan Kalijaga Siwuluh, Bulakamba, kabupaten Brebes.

Setelah menetapkan jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian, selanjutnya peneliti mengadakan tes uji prasyarat homogenitas yaitu untuk persyaratan analisis menggunakan teknik yang sama dan uji normalitas, membagi sampel menjadi dua kelompok yang seimbang yaitu kelompok pagi dan siang hari. Uji homogenitas dengan ketentuan jika signifikansi atau nilai probabilitas > 0.05 berarti homogen, sedangkan jika nilai signifikansi < 0.05 berarti tidak homogen dan uji normalitas yaitu dengan ketentuan : jika signifikansi atau nilai probabilitas < 0.05 berarti distribusi data tidak normal, dan jika signifikansi > 0.05 berarti distribusi data normal. Jika hasil sampel telah homogen dan telah berada pada posisi yang normal maka kedua kelompok (kelompok pagi dan siang) tersebut diberikan treatment atau perlakuan. Masing-masing kelompok diberi latihan yang sistematis dan berulang-ulang sesuai dengan tujuan penelitian yaitu melihat keberhasilan belajar keterampilan bola basket. Setelah melakukan latihan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan, barulah dilakukan pengumpulan data kembali melalui tes akhir, yaitu mengetahui sejauh mana perbedaan hasil belajar keterampilan bola basket siswa tersebut

setelah mendapatkan perlakuan. Setelah itu pengolahan data dan menyimpulkan hasil penelitian.

D. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data, dan gambaran penguasaan keterampilan teknik dasar permainan bola basket, maka dibutuhkan alat pengumpul data. Data penelitian di dikumpulkan melalui teknik tes dan pengukuran dengan menggunakan instrumen tes. Instrumen tes yang dipakai harus yang baik dan tingkat validitas dan realibilitasnya juga terjamin. Dalam penelitian ini tes yang dipakai adalah tes baku. Tes ini di pakai untuk menentukan bagaimana baiknya unit local memenuhi standar yang baik mengenai kesahihan (validitas) dan keterandalan (realibilitas).

Sesuai dengan uraian, maka tes yang dipakai dalam penelitian ini adalah tes keterampilan teknik dasar dalam permainan bola basket, tes ini berguna untuk mengukur keterampilan teknik dasar bola basket bagi siswa. Sesuai yang dikonstruksikan oleh Nurhasan (2000:240), tes ini mengukur mengenai keterampilan penguasaan teknik-teknik dasar dalam permainan bola basket, tes ini terdiri dari tiga butir tes, yaitu; tes melempar dan menangkap bola, tes memasini ukan bola kekeranjang basket, dan tes menggiring bola. Pelaksanaan tes dan skorsing dari masing-masing butir tes adalah sebagai berikut:

1. Tes melempar dan menangkap bola

Siswa memegang bola di tangan dan berdiri di belakang garis yang jaraknya 3 m dari tembok. Setelah aba-aba "Ya", testee berusaha melemparkan bola ke dinding dalam waktu 30 detik. Selama melakukan tes, testee tidak boleh menginjak atau melewati garis. Apabila hal itu terjadi maka lemparan tersebut dianggap tidak sah. Lemparan dihitung dari sejak bola lepas dari kedua tangan.

2. Tes Menembakkan Bola ke Keranjang Basket

Siswa dengan bola di depan dada berdiri disembarang tempat di bawah ring basket. Setelah aba-aba "Ya", testee berusaha memasukkan bola tersebut sebanyak mungkin ke dalam basket dalam waktu 30 detik. Sebelum masuk ke dalam basket, bola terlebih dahulu menyentuh papan basket. Hanya bola yang sah masuk yang diberi skor.

3. Tes menggiring bola

Sebelum melakukan tes, testee berdiri dengan bola di belakang garis start. Setelah aba-aba "Ya" testee menggiring bola melalui enam rintangan dengan rute seperti terlihat pada gambar. Testee diberikan waktu 30 detik untuk melewati rintangan sebanyak mungkin. Apabila setelah testee mencapai titik start kembali dan waktu masih tersisa, maka testee melanjutkan driblennya dengan rute seperti semula. Skor ditentukan oleh jumlah rintangan yang mampu dilalui oleh testee. Apabila testee melakukan salah dribble atau melalui rute yang salah, maka tes harus diulang.

E. Analisis Data

Data dari masing-masing variabel yang diperoleh melalui proses pengukuran merupakan data mentah, untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh latihan yang diberikan, maka harus dilakukan perhitungan secara statistika. Untuk menguji hipotesis penelitian, apakah dapat diterima atau ditolak, maka data yang diperoleh harus diolah dan dianalisis. Pengolahan dan analisis data menggunakan rumus-rumus yang disusun oleh Sudjana (1984).

Langkah-langkah yang ditempuh untuk pengolahan dan analisis data adalah sebagai berikut:

1. Tabulasi data
2. Menghitung nilai rata-rata dari masing-masing butir tes
3. Mencari nilai standar deviasi (s) dari masing-masing butir tes
4. Membuat skor standar
5. Menguji normalitas dilakukan terhadap setiap kelompok teknik yang digunakan
6. Menguji homogenitas data dari setiap kelompok tes
7. Hasil uji beda skor pretest dan posttest penguasaan keterampilan bola basket dengan menggunakan uji-t data berpasangan.
8. Hasil analisis untuk mencari ada tidaknya interaksi.

Secara terperinci langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

1. Menghitung skor rata-rata dari setiap kelompok sampel, dengan menggunakan pendekatan dari Sudjana (1989:62):

$$\bar{X} = \frac{\sum X_i}{n}$$

Keterangan :

\bar{X} = Skor rata-rata yang dicari

X_i = Nilai data

Σ = Jumlah

n = Jumlah sampel

2. Menghitung simpangan baku, menurut Sudjana (1989:94):

$$S = \sqrt{\frac{\Sigma(X - \bar{X})^2}{n-1}}$$

Keterangan :

S = Simpangan baku yang dicari

n = Jumlah sampel

$\Sigma(X - \bar{X})^2$ = Jumlah kuadrat nilai data dikurangi rata – rata

3. Menguji normalitas data menggunakan uji kenormalan Lilliefors.

Prosedur yang digunakan menurut Sudjana (1996:466) adalah:

- a. Pengamatan $X_1, X_2, \dots, \dots, \dots, X_n$ dijadikan bilangan baku

$$Z_1, Z_2, \dots, \dots, \dots, Z_n \text{ dengan menggunakan rumus : } Z = \frac{X - \bar{X}}{S}$$

(\bar{X} dan S masing-masing merupakan rata-rata dan simpangan baku)

- b. Untuk setiap bilangan baku ini digunakan daftar distribusi normal baku, kemudian dihitung peluang $F(Z_i) = P(Z < Z_i)$

- c. Menghitung Proporsi $Z_1, Z_2, \dots, \dots, \dots, Z_n$ yang lebih kecil atau sama dengan . Jika proporsi ini dinyatakan dengan rumus :

$$S_{(s)} = \frac{\text{Banyaknya } Z_1 - Z_2, \dots, Z_n, \leq Z_1}{n}$$

Zakiyatul Fitri, 2012

Pengaruh Aktivitas Penjas Di Pagi Dan Siang Hari Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Bola Basket Di Mts Sunan Kalijaga Siwuluh Kecamatan Bulakamba Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2011/2012

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

- d. Hitung selisih $F(Z) - S(Z)$
- e. Ambil harga yang paling besar antara harga-harga mutlak selisih tersebut, sebutlah harga terbesar itu untuk menerima dan menolak hipotesis nol maka L_0 dibandingkan dengan nilai kritis L yang diambil dari uji Liliefors dengan taraf nyata 0.05 kriterianya adalah ditolak hipotesis nol bila populasi berdistribusi normal jika L_0 yang diperoleh dari perhitungan lebih besar dari L tabel, dalam hal lain hipotesis diterima.
- f. Menguji homogenitas. Kriteria pengujian adalah : terima hipotesis jika F -hitung lebih kecil dari F -tabel distribusi dengan derajat kebebasan (V, V) dengan $\alpha = 0.05$
- g. Untuk pendekatan statistika digunakan rumus-rumus uji signifikansi .
- 1) Uji satu pihak menggunakan rumus-rumus uji signifikansi adalah :
- Uji satu pihak menggunakan rumus :
- $$S^2 = \frac{(n_1-1)S_1^2 + (n_2-1)S_2^2}{n_1+n_2-2}$$
- 2) Untuk uji t kriteria pengujiannya adalah tolak hipotesis, jika $t > t_{1-\alpha}$
- h. Untuk harga lainnya H_0 ditolak, distribusi t pada tingkat kepercayaan atau taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dengan harga $t = 0.95$ dan derajat kebebasan $(dk) = (n_1 + n_2 - 2)$. Untuk lebih jelasnya lagi mengenai uji hipotesis nol (H_0), hipotesis statistika dirumuskan sebagai berikut :

$$H_0 : \mu_1 \leq \mu_2$$

$$H_s : \mu_1 > \mu_2$$