

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah eksperimen. Arikunto (2006:3) menyebutkan bahwa eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu. Sesuai dengan tujuan penelitian ini, yaitu untuk melihat motivasi siswa dalam kemampuan pendidikan jasmani SD Negeri 55 Banda Aceh dengan menggunakan rancangan eksperimen dari Arikunto (2006:85).

$$O_1 \rightarrow X \rightarrow O_2$$

- **O₁** = Pretest (pengukuran sebelum perlakuan)
- **X** = Perlakuan (treatment/intervensi)
- **O₂** = Posttest (pengukuran setelah perlakuan)

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 55 Banda Aceh, yang beralamat di Jl. Kebun Raja, Pineung, Kecamatan Syiah Kuala, Kota Banda Aceh, Aceh. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 20 maret 2025.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek yang dijadikan sebagai bahan untuk diteliti permasalahannya dalam ruang lingkup yang terdiri atas objek atau subjek

yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya Sugiono (2022), populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V Sd Negeri 55 Banda Aceh yang berjumlah 29 orang.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah sebagian anggota populasi yang diambil dengan cara tertentu dan dapat mewakili keseluruhan populasi dalam penelitian Sugiono (2022), bila populasi kurang dari 300 orang maka populasi bisa dijadikan sampel seluruhnya yang berarti sampel penuh. Pada penelitian ini penulis menjadikan seluruh populasi menjadi sampel yang berjumlah 20 orang.

3.4 Variabel Penelitian

Menurut Sugiono (2022), variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya definisi operasional motivasi siswa di SD Negeri 55 Banda Aceh adalah dorongan baik dari dalam maupun luar diri siswa, yang diukur menggunakan angket yang difokuskan pada pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Pengukuran ini lebih difokuskan pada faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran, yang terdiri dari:

1. Motivasi intrinsik yaitu dorongan dari dalam diri yang membuat individu berpartisipasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan perhatian, (c) minat, dan (d) bakat.

2. Motivasi ekstrinsik yaitu dorongan dari luar individu yang mendorong individu untuk berprestasi dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, yang diukur melalui tiga indikator: (a) metode pengajaran, (b) alat pelajaran, dan (c) kondisi lingkungan.

3.5. Teknik Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

3.5.1 Teknik Instrumen

Instrumen penelitian ini memakai pre test dan post test dengan mengukur motivasi siswa dalam pendidikan jasmani dalam kemampuan dalam servis bawah tes ini dipergunakan sebagai suatu tes untuk mengukur keterampilan servis bawah alat yang digunakan.

- Lapangan (halaman sekolah)
- Bola voli 2 buah
- Laptop
- Proyektor
- Peluit dan stopwatch

Petunjuk pelaksanaan :

1. Siswa berbaris menunggu giliran untuk melakukan servis bawah
2. Setiap siswa mempunyai 3 kali kesempatan untuk melakukan servis bawah
3. Untuk servis bawah pertama tangan bagian bawah (telapak tangan atau bagian pergelangan tangan) dan mengayunkan lengan dari bawah ke depan untuk memukul bola yang dipegang dengan tangan satunya.

Menurut Dr. Richard Steadman dalam buku (2004 Dalam buku tersebut, Dr. Steadman menjelaskan teknik dasar servis bawah sebagai berikut:

1. Posisi Awal:

- Berdiri dengan kaki sedikit lebih lebar dari bahu, dengan berat badan seimbang.
- Bola dipegang dengan tangan non-dominan di depan tubuh, sekitar ketinggian pinggang.

2. Persiapan:

- Lengan dominan diayunkan ke belakang, dengan posisi lengan lurus.
- Posisi tubuh sedikit condong ke depan, siap untuk melangkah ke depan saat memukul bola.

3. Pukulan:

- Gunakan tangan bawah untuk memukul bagian bawah bola dengan telapak tangan atau pergelangan tangan.
- Pukulan dilakukan dengan gerakan lurus dari bawah ke depan, fokus pada akurasi dan kontrol, bukan kekuatan.
- Bola diarahkan dengan menggunakan pukul bawah untuk memastikan bola meluncur ke lapangan lawan.

4. Pemulihan:

- Setelah servis, pemain harus siap bergerak dan berada dalam posisi untuk melanjutkan permainan.

Kesimpulan bahwa aspek-aspek penilaian yang dapat dilakukan dalam penilaian gerak dasar servis bawah permainan bola voli adalah sebagai berikut :

1. Sikap Awal (Kesiapan)

- Posisi kaki benar (kaki depan-belakang sejajar/separuh sejajar)
- Lutut sedikit ditekuk, tubuh rileks
- Bola dipegang dengan tangan non-dominan dengan benar
- Pandangan terfokus ke arah lapangan lawan

2. Ayunan Lengan

- Lengan dominan diayun dari belakang ke depan secara lurus
- Tidak ditekuk saat memukul bola
- Gerakan lancar, tidak kaku

3. Kontak dengan Bola

- Kontak dilakukan dengan bagian telapak tangan atau pergelangan bawah
- Bola dipukul pada bagian bawahnya, bukan ditendang atau dijatuhkan
- Kontak tepat waktu (tidak terlalu awal/telat)

4. Keseimbangan dan Koordinasi Gerak

- Gerakan tubuh stabil saat memukul bola
- Tidak kehilangan keseimbangan saat atau setelah servis
- Koordinasi tangan, mata, dan langkah dilakukan secara harmonis

5. Arah dan Jarak Bola

- Bola melewati net dengan baik
- Bola masuk ke dalam area lapangan lawan (tidak keluar)
- Arah bola sesuai target (tidak terlalu tinggi atau menyamping)

6. Keberhasilan Servis (Efektivitas)

- Bola tidak membentur net
- Tidak melakukan pelanggaran garis (tidak menginjak garis servis)
- Bola masuk dan lawan kesulitan menerima (nilai lebih jika servis menghasilkan poin langsung/ace).

3.5.2 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulam data yang digunakan adalah kuesioner (angket) yang disebarkan oleh peneliti dan , dokumentasi, tes pengukuran sesuai dengan masalah yang diteliti.

1. Angket (Kuesioner)

Angket untuk mengetahui informasi pribadi tentang responden yang berkaitan dengan variabel yang teliti. Menurut endang poerwanti (2008:3.26) penyusunan angket harus menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang memerlukan jawaban terbuka (mengisi bagian kosong atau jawaban bebas). Dengan memberi nilai pada setiap data jawaban yang ada dalam

angket, yaitu: SS (sangat setuju), S (setuju), TS (tidak setuju), dan STS (sangat tidak setuju)

2. Observasi melakukan pengamatan langsung kelapangan tempat penelitian untuk mendapatkan informasi atau data yang diperlukan pada penelitian ini.
3. Tes pengukuran servis bawah, Sesuai dengan tujuan penelitian ini, yaitu untuk melihat pengaruh latihan variasi terhadap kemampuan servis bawah bola voli siswa kelas V di SD Negeri 55 Banda Aceh.

3.5.3 Teknik Analisis Data

Analisis data yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan uji signifikansi "t", yaitu untuk mengetahui tingkat signifikansi dari variabel X terhadap variabel Y yaitu dari latihan kemampuan servis bawah dengan menggunakan uji t digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara dua kelompok sampel, baik yang saling berpasangan maupun yang tidak berpasangan yang dikemukakan oleh Sugiono (2022), dengan rumus sebagai berikut.

$$t = \frac{Md}{\frac{\sqrt{\sum x^2 d}}{N(n-1)}}$$

keterangan :

Md = Mean (rata-rata) dari perbedaan pre test dengan post test

$\sum x^2 d$ = Jumlah kuadrat deviasi

N = Jumlah sampel

Hasil ini akan diuji taraf signifikan 5% atau taraf kepercayaan 95%. Dengan demikian hasil analisis yang dapat disimpulkan :

1. Apabila $t\text{-hitung} \geq$ dari $t\text{-tabel}$, hipotesis nihil ditolak.
2. Apabila $t\text{-hitung} <$ dari $t\text{-table}$, hipotesis nihil diterima.