

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Penelitian ini tergolong kedalam penelitian dengan menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Ismayani, (2019) menjelaskan “Penelitian kuantitatif adalah suatu pendekatan penelitian yang menggunakan data numerik dan analisis statistik untuk memahami fenomena sosial, perilaku, atau kondisi tertentu. Pendekatan ini bertujuan untuk mengukur variabel-variabel yang ada, menguji hipotesis, dan mencari hubungan antar variabel dengan cara yang objektif dan sistematis”.

Adapun desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian korelasi (*correlation research*) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dua variabel yang akan diteliti. Hal ini sejalan dengan pendapat Hardani, dkk (2020) yang menjelaskan bahwa, “Dalam ilmu statistik istilah korelasi diberi pengertian sebagai hubungan antar dua variabel atau lebih”. Penelitian korelasional mengacu pada metode penelitian yang mempelajari hubungan antara dua variabel dengan bantuan analisis statistik. Lebih lanjut Kasiram, (2008) juga menjelaskan “Penelitian korelasional melibatkan pengumpulan data untuk menentukan apakah, dan untuk tingkatan apa, terdapat hubungan antara dua atau lebih variabel yang dikuantitatifkan”.

Sehingga dapat disimpulkan penelitian korelasional adalah jenis pendekatan penelitian di mana peneliti mengkaji kekuatan hubungan antar dua variabel atau lebih, memahami dan menilai hubungan statistik antara mereka tanpa pengaruh dari

variabel asing. tepatnya penelitian korelasional, membangun hubungan antara dua variabel atau lebih.

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan berlokasi di lapangan GOR Belang Sere Kabupaten Gayo Lues pada bulan Juli 2025.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1 Populasi

Populasi adalah kelompok yang ingin diteliti untuk mendapatkan informasi atau data yang relevan. Menurut Arikunto, (2016), “populasi adalah keseluruhan subyek penelitian”. Populasi dibatasi sebagai sejumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai sifat yang sama. Pengertian di atas mengandung maksud bahwa populasi dalam penelitian ini adalah seluruh individu yang akan dijadikan subyek penelitian dan keseluruhan dari individu itu harus memiliki paling tidak satu sifat yang sama. Adapun populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh atlet FOPI Kabupaten Gayo Lues tahun 2025 yang berjumlah 20 orang.

3.3.2 Sampel

Menurut Suharsimi Arikunto, (2014), “sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti”. Untuk penentuan jumlah sampel berpedoman pada yang dikemukakan oleh Arikunto, (2016) “bahwa apabila subyeknya 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”.

Adapun dalam penelitian ini cara pengambilan sampel adalah dengan cara total sampling atau penelitian populasi yaitu mengikutsertakan semua individu atau anggota populasi menjadi sampel. Berdasarkan hal tersebut, maka sampel dalam penelitian ini adalah seluruh atlet FOPI Kabupaten Gayo Lues tahun 2025 yang berjumlah 20 orang.

3.4 Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang menjadi pokok pikiran dalam penelitian yang ditetapkan oleh peneliti untuk memperoleh informasi tentang hal tersebut dan kemudian ditarik kesimpulannya. Setyosari, (2016) juga menjelaskan “variabel adalah segala sesuatu yang akan menjadi obyek pengamatan penelitian. Sering pula dinyatakan variabel penelitian itu sebagai faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti”. Berdasarkan kajian yang ada dalam penelitian ini, maka variabel yang ada terdiri dari:

1. Variabel Bebas (*Independen Variabel*)
 - 1) Keseimbangan (X_1)
 - 2) Ketepatan (X_2)
2. Variabel Terikat

Variabel terikat atau *Dependent Variabel* merupakan variabel yang keberadaanya dipengaruhi oleh variabel bebas. Sehingga yang menjadi variabel

terikat dalam penelitian ini adalah Kemampuan *Shooting* Petanque (Y). Untuk lebih jelas terkait variabel dalam penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut;

Variabel Bebas : Keseimbangan (X_1)

Ketepatan (X_2)

Variabel Terikat : Kemampuan *Shooting* Petanque (Y)

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik Pengumpulan Data adalah cara atau metode yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan informasi atau data yang dibutuhkan dalam suatu penelitian. Teknik pengumpulan data bertujuan untuk memperoleh data yang relevan, akurat, dan dapat dipertanggungjawabkan, sesuai dengan tujuan dan jenis penelitian yang dilakukan. Arikunto (2010) menjelaskan “Teknik pengumpulan data merupakan cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian, agar tujuan penelitian dapat tercapai”.

3.5.1 Intrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data menurut para ahli adalah alat atau perangkat yang digunakan untuk mengumpulkan informasi atau data secara sistematis dalam proses penelitian atau survei. Sugiyono (2020) menyatakan bahwa “instrumen adalah alat yang digunakan oleh peneliti untuk mengukur fenomena yang akan diteliti. Instrumen ini berfungsi mengumpulkan data sehingga dapat dianalisis untuk menjawab masalah penelitian”. Berdasarkan penjelasan tersebut adapun intrumen pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Observasi

Instrumen observasi berfungsi untuk mengarahkan fokus pengamatan, memastikan konsistensi dalam pencatatan data, serta memudahkan analisis data yang diperoleh. Menurut Creswell (2014), “instrumen yang baik dalam penelitian observasi harus mampu menangkap perilaku atau kejadian secara akurat dan dapat diandalkan, sehingga hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah”. Lebih jelas terkait observasi variabel yang diamati dapat dilihat pada form berikut:

LEMBAR OBSERVASI

IDENTITAS TESTI

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

LEMBAR OBSERVASI

No	Nama Atlet	Keseimbangan (1-5)	Ketepatan (1-5)	Kemampuan Shooting (1-5)	Keterangan/ Catatan Observer
1					
2					
3					
4					
5					
dst					

Keterangan lembar observasi:

- Keseimbangan: Skor 1-5 (1 = sangat kurang, 5 = sangat baik) berdasarkan stabilitas dan posisi atlet saat melakukan shooting.
- Ketepatan: Skor 1-5 (1 = tidak tepat sama sekali, 5 = sangat tepat) berdasarkan akurasi lemparan bola petanque.
- Kemampuan Shooting: Skor 1-5 (1 = sangat buruk, 5 = sangat baik) berdasarkan keseluruhan performa dan hasil shooting.

2. Tes dan Pengukuran

Pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan tes dan pengukuran terhadap komponen variabel yang diteliti yaitu tes keseimbangan dan ketepatan serta tes kemampuan *shooting petanque*. Pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan tes dan pengukuran adalah metode pengumpulan data yang menggunakan instrumen tes untuk mengukur variabel tertentu secara kuantitatif. Tes ini berupa alat yang dirancang untuk mengumpulkan informasi tentang kemampuan, sikap, perilaku, atau karakteristik tertentu pada subjek penelitian (Creswell, John W., 2018). Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3.1 Daftar Instrumen Tes dan Pengukuran

No	Jenis Tes	Hasil	Keterangan
1	<i>Standing Stork Tes</i>	 detik detik	
2	<i>Hand Wall Toss Test</i>	 kali	

3	Tes Shooting Petanque	 poin poin poin	
---	-----------------------	--	--

3. Dokumentasi

Pengumpulan data dengan instrumen dokumentasi adalah metode mengumpulkan data melalui pencatatan, pengumpulan, dan pengarsipan dokumen-dokumen yang berkaitan dengan objek atau fenomena yang diteliti. Sugiyono, (2014) menjelaskan “Dokumentasi adalah alat atau sarana yang digunakan untuk mengumpulkan data berupa dokumen atau bahan tertulis dan rekaman yang sudah ada”. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3.2 Daftar Intrumen Dokumentasi

No	Jenis Dokumen	Deskripsi Dokumen	Keterangan
1	Data Hasil Tes	Data hasil tes keseimbangan atlet	Mengukur keseimbangan atlet menggunakan alat tes standar
2	Data Hasil Tes	Data ketepatan shooting petanque atlet	Skor ketepatan shooting petanque
3	Laporan Kegiatan	Laporan kegiatan pelatihan petanque	Dokumentasi aktivitas latihan shooting
4	Foto Dokumentasi	Foto pelaksanaan tes dan latihan	Foto pendukung dokumentasi hasil dan proses penilaian
5	Rekap Data Statistik	Rekapitulasi korelasi antara keseimbangan dan ketepatan shooting	Analisis statistik korelasi

3.5.2 Pelaksanaan dan Alat Pengumpulan Data

1) Tes Keseimbangan Statis (*Standing Stork Test*)

a. Tujuan untuk mengukur keseimbangan statis.

b. Alat peralatan:

- Tempat datar,
- *stop watch*,
- asisten atau orang bantu,
- formulir

c. Pelaksanaan

- Teste berdiri dengan nyaman menggunakan kedua kaki pada posisi lantai yang datar.
- Letakkan tangan di pinggul,
- Angkat satu kaki dan letakkan jari kaki kaki tersebut di atas lutut kaki yang lain.
- Atas perintah dari asisten, angkat tumit dan berdiri di atas jari kaki.
- Asisten memulai stopwatch, pertahankan keseimbangan selama mungkin tanpa membiarkan tumit menyentuh tanah atau kaki yang lain bergerak menjauh dari lutut.
- Pelatih mencatat waktu yang dapat Anda pertahankan keseimbangan, Ulangi tes untuk kaki yang lain.



Gambar 3.2. Tes keseimbangan *standing stork test*,
Sumber : (Mackenzie, 2008)

2) Tes Ketepatan (*Hand Wall Toss Test*)

a. Tujuan untuk mengukur koordinasi dan ketepatan.

b. Alat peralatan:

- Tembok/dinding datar,
- *stop watch*,
- bola tenis,
- formulir

c. Pelaksanaan

- Sebuah tanda diletakkan pada jarak tertentu dari dinding (misalnya, 2 meter).

Orang tersebut berdiri di belakang garis dan menghadap dinding. Bola dilemparkan dari satu tangan dengan gerakan bawah ke dinding, dan berusaha ditangkap dengan tangan yang berlawanan. Bola kemudian

dilemparkan kembali ke dinding dan ditangkap dengan tangan yang awal. Dengan menambahkan batasan periode waktu yang ditetapkan, Anda juga menambahkan faktor bekerja di bawah tekanan.



Gambar 3.3. Tes *Hand Wall Toss Test*.

3) Tes Keterampilan Shooting Petanque Target tanpa penghalang (FIPJP)

- a. Tujuan untuk mengukur keterampilan Shooting seorang atlet dalam olahraga petanque.
- b. Alat peralatan:
 - Bola Target (Bosi warna terang),
 - Bola Penghalang (*Boka*),
 - Lingkaran,
 - Alat Penanda (Kapur/Terigu)
- c. Pelaksanaan

- Peserta melakukan lemparan shooting di dalam lingkaran (circle) dalam posisi berdiri.
- Setiap peserta diberi kesempatan melakukan 3 kali lemparan dengan jarak yang telah ditentukan yaitu 8 meter.



Gambar 3.4. Tes Shooting Petanque Target tanpa penghalang,
Sumber : (Widiastuti & Hanis, 2018)

Agar mempermudah peneliti dalam melakukan pengumpulan data, maka peneliti menggunakan form penelitian sebagai berikut:

- Lembar observasi

LEMBAR OBSERVASI

IDENTITAS TESTI

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

LEMBAR OBSERVASI

No	Nama Atlet	Keseimbangan (1-5)	Ketepatan (1-5)	Kemampuan Shooting (1-5)	Keterangan/ Catatan Observer
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
dst					

b. Formulir Tes dan Pengukuran

FORMULIR PENGUMPULAN DATA**A. IDENTITAS PESERTA**

1. Nama :
2. Tempat dan tanggal lahir :
3. Jenis kelamin : Laki-laki/Perempuan
4. Berat badan : kg
5. Tinggi badan : cm
6. Alamat sekarang :

B. ITEM TES *(diisi oleh panitia tes)*

No	Jenis Tes	Hasil	Paraf Panitia
1	<i>Standing Stork Tes</i>	 detik detik	
2	<i>Hand Wall Toss Test</i>	 kali	
3	Tes Shooting Petanque	 poin poin poin	

Gayo Lues, Juli 2025
Ketua Panitia Tes,

(.....)

c. Lembar Dokumentasi

LEMBAR DOKUMENTASI

IDENTITAS PENELITIAN

Nama Peneliti :

Judul Penelitian :

Waktu Penelitian :

LEMBAR DOKUMENTASI

No	Jenis Dokumen	Temuan Penelitian	Keterangan
1	Data Hasil Tes		

No	Jenis Dokumen	Temuan Penelitian	Keterangan
2	Data Hasil Tes		
3	Laporan Kegiatan		
4	Foto Dokumentasi		
5	Rekap Data Statistik		

Rekomendasi:

Gayo Lues, Juli 2025
Ketua Panitia Tes,

(.....)

3.6 Teknik Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data, sehingga data tersebut dapat ditarik satu kesimpulan. Dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi untuk mencari apakah ada hubungan yang berarti antara variabel bebas dan variabel terikat. Analisis tersebut tentang hubungan antara satu variabel terikat dan dua variabel bebas. Sebelum dilakukan analisis data, agar

kesimpulan yang diperoleh dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya maka perlu diadakan Uji Prasarat dan Uji Hipotesis pada taraf signifikansi 5 %, maka kemungkinan akan dipercaya bahwa 95 % dari keputusan tersebut adalah benar.

3.6.1 Menghitung *mean*

Untuk menentukan nilai *mean*, penulis menggunakan pendekatan yang dikemukakan oleh Sudjana, (2001) sebagai berikut:

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

Keterangan :

$\bar{X}$ = Nilai rata-rata yang dihitung

$\sum X$ = Jumlah skor X

N = Jumlah sample penelitian

3.6.2 Menghitung Standar Deviasi

Standar deviasi dapat dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$SD = \sqrt{\frac{n \sum X^2 - (\sum X)^2}{n(n-1)}}$$

Keterangan :

SD = Standar Deviasi

$\sum X^2$ = Jumlah Skor X yang dikuadratkan

$\sum X$ = Jumlah Skor X

N = Jumlah Sampel Penelitian

3.6.3 Uji Homogenitas

Uji homogenitas data dimaksudkan untuk memperlihatkan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variasi yang sama.

Uji homogenitas data dalam penelitian ini menggunakan uji Leavene dengan bantuan

SPSS 16,0 taraf sigifikansi $\alpha = 0,05$. Keriteria pengambilan keputusan jika nilai signififikasi Leavene $>\alpha$, maka variasi sampel sama (homegen) sedangkan signififikasnsi Leavene $< \alpha$, maka variasi setiap sampel tidak sama (tidak homogen) (Candiasa, 2010:290).

3.6.4 Uji Koefisien Korelasi

Untuk mencari koefisien korelasi penulis menggunakan pendekatan sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Dimana :

- r_{xy} : Koefisien korelasi antara X dan Y
- $\sum XY$: Jumlah produk X dan Y
- X : Nilai Variable X
- Y : Nilai Variable Y
- X^2 : Nilai Variable X yang dikuadratkan
- Y^2 : Nilai Variable Y yang dikuadratkan

3.6.5 Uji Hipotesis (Uji-T)

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap permasalahan penelitian yang dirumuskan. Oleh karena itu, jawaban sementara ini harus diuji kebenaran secara empiris. Apakah data yang terkumpul mendukung hipotesis yang diajukan atau justru menolak hipotesis yang diajukan. Dalam penelitian ini ada dua macam hipotesis yaitu hipotesis nihil dan hipotesis alternatif.

Hipotesis penelitian adalah pernyataan yang dapat diuji dan berfungsi sebagai dasar untuk penelitian. Hipotesis ini biasanya meramalkan hubungan antara dua variabel atau lebih. Dalam penelitian ini, hipotesis berperan penting karena memberikan arah dan fokus pada studi yang dilakukan (Rofiah, 2018). Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan kemampuan *shooting* petanque Atlet FOPI Kabupaten Gayo Lues.
- 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara ketepatan terhadap kemampuan *shooting* petanque Atlet FOPI Kabupaten Gayo Lues.
- 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan dan ketepatan terhadap kemampuan *shooting* petanque Atlet FOPI Kabupaten Gayo Lues.

Pengujian hipotesis dilakuna dengan melakukan uji Thitung dengan rumus statistik t sebagaimana yang dikemukakan oleh Sugiyono (2002:219) adalah sebagai berikut:

$$T_{hitung} = \frac{r\sqrt{(n-2)}}{\sqrt{(1-r^2)}}$$

keterangan : r = koefisien korelasi
 n = Jumlah sampel