

BAB III

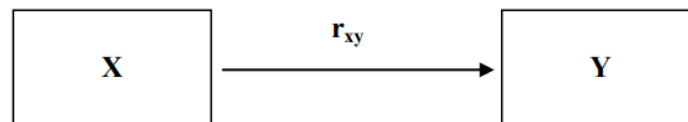
METODE PENELITIAN

1.1 Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang dilakukan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif karena observasi dilakukan dalam bentuk angka-angka sehingga dapat menerapkan teknik statistik untuk menganalisis hasil yang diperoleh. Hal ini sesuai dengan Pendapat Sugiono (2017: 8) bahwa penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang dilandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian korelasi. Penelitian korelasi menurut Arikunto (2017: 247) penelitian korelasional (correlational studies) merupakan penelitian yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih.

Dalam pendekatan ini, peneliti mencoba untuk menjelaskan sejauh mungkin hubungan antara kekuatan otot lengan (X) dan kemampuan melakukan passing bawah (Y) pada siswa-siswa di SMA Negeri 1 Labuhan Haji. Adapun desain dari penelitian ini dipaparkan dalam gambar 3. 1 yang berikut ini:



Gambar 3.1 Desain Penelitian Korelasional

Sumber: (Sugiyono, 2017)

X : Kekuatan otot lengan

Y : Kemampuan *passing* bawah

R_{xy} : Kolerasi kekuatan otot lengan kemampuan *passing* bawah

3.2 Lokasi Dan Waktu Penelitian

3.2.1 Lokasi Penelitian

Dalam kajian ini, tempat penelitian yang digunakan adalah SMA Negeri 1 Labuhan Haji.

1. Peneliti telah memahami keadaan dan situasi di SMA Negeri 1 Labuhan Haji.
2. Peneliti merupakan salah satu lulusan dari SMA Negeri 1 Labuhan Haji.
3. Peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot lengan dan teknik *passing* bawah dalam permainan voli.

3.3. Populasi Dan Sampel penelitian

1. Populasi

Durasi yang diperlukanPopulasi merupakan kumpulan seluruh data yang dibutuhkan dalam sebuah studi menurut Sugiyono (2014). Total populasi di SMA Negeri 1 Labuhan Haji berjumlah 381 orang. Untuk penelitian ini minimal akan ditentukan oleh dosen pembimbing yang relevan.

2. Sampel

Sampel merujuk pada sebagian populasi yang akan dianalisis menurut Sugiyono (2014). Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling, yang merupakan metode dengan pertimbangan khusus dari peneliti. Karena jumlah siswa kelas XII adalah 34 orang, maka seluruhnya akan dijadikan sampel dalam penelitian ini.

3.4 Variabel penelitian

Menurut Sugiyono (2019), variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

Variabel yang dianalisis dalam studi ini berjudul dampak Pembelajaran Penjas yang berorientasi pada permainan terhadap semangat belajar siswa di SMA Negeri 1 Labuhan Haji. Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel yang akan dibahas, yaitu:

1. Variabel bebas (*independent Variabel*)

Variabel Independen adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (Sugiyono, 2017: 39). Adapun Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu Pembelajaran Penjas berbasis permainan.

2. Variabel Terikat (*Dependent Variabel*)

Variabel dependen adalah variabel yang dipegaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2017: 39). Adapun Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu motivasi belajar.

3.5 Teknik Dan Intrumen Pengumpulan Data

3.5.1 Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh informasi mengenai kedua variabel dalam penelitian ini, yaitu kekuatan otot lengan dan kemampuan melakukan passing bawah, digunakan metode pengujian bisa menggunakan alat dan dokumentasi.

A. Intrumen Penelitian

1. Tes Kekuatan Otot Lengan

a. Tes *pus-up*

Tes *pus-up* dilakukan untuk mengetahui kekuatan otot lengan siswa SMA Negeri 1 Labuhan Haji.

- 1) Teste sikap telungkup, kepala, punggung dan kaki lurus.
- 2) Kedua telapak tangan bertumpu dilantai disamping dada, jari-jari tangan kedepan.
- 3) Kedua telapak kaki bertumpu dilantai.
- 4) Dalam sikap telungkup hanya dada yang menyentuh lantai, kepala, perut, dan tungkai bawah terangkat.
- 5) Dari sikap telungkup, angkat tubuh dengan meluruskan kedua tangan, kemudian turunkan lagi tubuh dengan membengkokkan kedua tangan sehingga dada menyentuh lantai.

- 6) Setiap kali mengangkat dan menurunkan badan, kepala, punggung, dan tungkai bawah tetap lurus.
- 7) Setiap kali tubuh terangkat dihitung sekali.
- 8) Pelaksanaan push-up dilakukan sebanyak mungkin selama 1 menit.
- 9) Hanya gerakan yang benar yang akan dihitung oleh tester.

Tabel 3.1 Norma Penilaian Tes *Push-up*

skor	<i>Pus-up</i> putra	kriteria	<i>Pus-up</i> putri
5	>38	Sempurna	>21
4	29-37	Baik sekali	16-20
3	20-28	Baik	10-15
2	12-19	Cukup	5-9
1	4-11	Kurang	1-4

Sumber: Darumoyo (2024)

2. Tes Kemampuan Passing Bawah

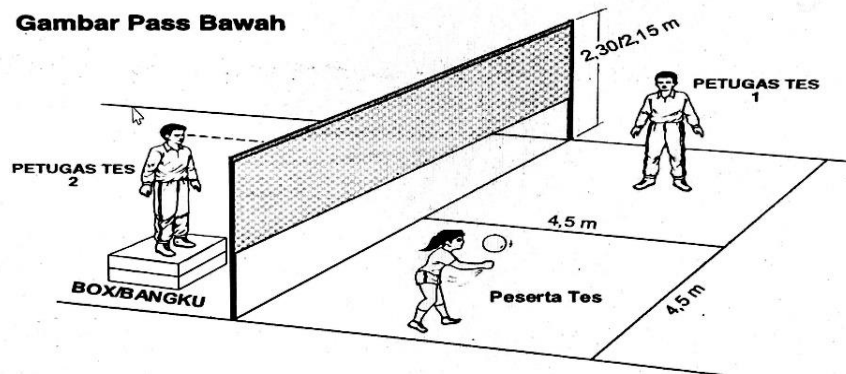
- a. Tujuan: Mengukur passing bawah dengan teknik dasar dengan benar.
- b. Alat yang digunakan:
 - 1) Tiang memiliki tinggi 2,30 m untuk pria dan 2,15 m untuk wanita.
 - 2) Bola voli.
 - 3) Alat penghitung waktu.
 - 4) Lapangan sekolah.
 - 5) Bangku atau kotak yang umumnya disesuaikan ketinggiannya sehingga petugas yang berdiri di atasnya dapat melihat dengan pandangan sejajar (horizontal) dengan ketinggian net.

c. Petugas tes

Petugas ujian terdiri dari dua orang dengan tugas-tugas berikut:

- 1) Petugas ujian I:

- a) Berdiri bebas di dekat lokasi peserta ujian.
 - b) Mengukur waktu selama satu menit.
 - c) Memberikan sinyal seperti aba-aba.
 - d) Mengawasi kaki peserta ujian agar tetap dalam batas area.
- 2) Petugas ujian II:
- a) Berdiri di atas kursi atau tempat yang ditentukan.
 - b) Menghitung jumlah passing bawah yang tepat.
- d. Pelaksanaan
- 1) Peserta ujian berdiri di pusat tempat berukuran 4,5x4,5 m.
 - 2) Untuk memulai ujian, peserta harus melempar bola sendiri setelah mendengar perintah Ya.
 - 3) Setelah bola dilempar, peserta harus melakukan passing bawah dengan tinggi minimal 2,30 m untuk pria dan 2,15 m untuk wanita.
 - 4) Jika peserta tidak berhasil melakukan passing bawah dan bola keluar dari area, maka peserta harus segera mengambil bola tersebut dan melanjutkan permainan.
 - 5) Jika kedua kaki peserta berada di luar area, petugas ujian I akan meminta peserta untuk kembali ke area, dan bola yang memantul saat kedua kaki berada di luar area tidak akan dihitung.



Gambar 3.2 Tes lapangan passing bawah

Sumber: Rima Febrianti (Dalam Abd.Rahman 2025)

e. Pencacatan hasil

- 1) *passing* bawah yang dinyatakan sah dan dihitung adalah apabila bola mencapai tinggi minimum 2,30 m untuk kategori putra dan 2,15 m untuk kategori putri, serta dilakukan dalam area tertentu selama 60 detik.
- 2) Penilaian untuk hasil *passing* bawah dilakukan berdasarkan acuan yang terdapat pada tabel 3.2 berikut ini:

Tabel 3.2 Norma Tes *Pasing* Bawah

Putra	Putri	Nilai
>47	> 45	5
40 - 46	37 - 44	4
27 - 39	21- 36	3
17 - 26	13 -20	2
< 16	< 13	1

Sumber: Rima Febrianti (Dalam Abd. Rahman 2025)

3.6 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah cara untuk mengubah data menjadi informasi yang baru. Tujuan dari proses ini adalah agar ciri-ciri data lebih mudah dipahami dan dapat berfungsi sebagai solusi untuk suatu masalah, terutama yang berkaitan dengan penelitian. Dalam penelitian ini, teknik analisis data dilakukan dengan metode statistik non-parametrik uji Wilcoxon. Berdasarkan Sugiyono (2015:212), metoda pengujian Wilcoxon digunakan untuk menguji hipotesis perbandingan dua sampel yang saling berkaitan jika data yang digunakan berbentuk ordinal.

3.6.1 Menghitung Nilai Rata-rata (mean)

Untuk menghitung nilai rata-rata, penulis mengaplikasikan rumus rata-rata mean yang disampaikan oleh Budiwanto (2017: 27) berikut ini

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

Keterangan:

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

$\sum X$: Jumlah skor X

n : Jumlah sampel penelitian.

3.6.2 Perhitungan Standar Deviasi

Standar deviasi digunakan untuk mengetahui variasi atau penyebaran data terhadap rata-rata (Sugiyono, 2019). Standar deviasi dihitung dengan menggunakan rumus yang dikemukakan oleh Johnson (1990: 18) yaitu:

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

Keterangan : Standar depiasi

$\sum X^2$: Jumlah skor X dikali X

$\sum X$: Jumlah skor X

n : Jumlah sampel penelitian.

3.6.3 Perhitungan Keofisien Korelasi

Perhitungan koefisien korelasi dapat dilakukan dengan menggunakan korelasi product moment dari Pearson yang dikemukakan oleh Budiwanto (2017: 67). Adapun rumus yang digunakan untuk mengungkapkan hubungan tersebut sebagaimana yang terdapat dibawah ini:

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

Keterangan:

r_{xy} : Koefisien korelasi yang dihitung

ΣX : Jumlah skor X

ΣY : Jumlah Y

ΣXY : Jumlah hasil kali skor X dan skor Y

N : Banyaknya sampel penelitian.

Nilai "r" berkisar antara 0.0 yang berarti tidak ada korelasi, sampai dengan 1.0 yang berarti adanya korelasi yang sempurna. Semakin kecil nilai "r" semakin lemah korelasi, sebaliknya semakin besar nilai "r" semakin kuat korelasi. Berikut pembagian kekuatan korelasi menurut (Sugiyono (2005: 216):

$r = 0,00 - 0,199 \rightarrow$ tidak ada hubungan/hubungan sangat rendah

$r = 0,20 - 0,399 \rightarrow$ hubungan rendah

$r = 0,40 - 0,599 \rightarrow$ hubungan sedang

$r = 0,60 - 0,799 \rightarrow$ hubungan kuat

$r = 0,80 - 1,000 \rightarrow$ hubungan sangat kuat

1.6.4 Uji Hipotesis

Untuk membuktikan diterima atau tidaknya hipotesis yang telah penulis rumuskan, maka penulis menggunakan rumus analisis distribusi t (uji t) yang dikemukakan oleh Ridwan (2016: 218):

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Keterangan:

r : Nilai kolerasi

n : Jumlah Sampel.