

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian, Bentuk, dan Rancangan Penelitian

1. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah langkah yang dimiliki dan dilakukan oleh peneliti dalam rangka untuk mengumpulkan informasi atau data serta melakukan investigasi pada data yang telah didapatkan tersebut. Arikunto (2019:136) memaparkan metode penelitian adalah cara utama yang digunakan peneliti untuk mencapai tujuan dan menentukan jawaban atas masalah yang diajukan. Dalam suatu penelitian, dituntut pula untuk mampu memilih metode yang tepat agar dapat berjalan dengan baik. Seperti yang diungkapkan Sugiyono (2018:2) yang menjelaskan bahwa metode penelitian adalah suatu cara ilmiah dalam mendapatkan data untuk tujuan dan kegunaan tertentu. Ilmiah berarti kegiatan penelitian yang didasarkan pada ciri-ciri keilmuan, yakni rasional, empiris, dan sistematis seperti yang telah ditelusuri dalam filsafat ilmu. Arikunto (2010:3) menyebutkan bahwa eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu. Eksperimen selalu dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat suatu perlakuan.

Sugiyono (2020: 110) mengatakan bahwa metode eksperimen merupakan salah satu metode kuantitatif digunakan terutama apabila peneliti ingin melakukan percobaan untuk mencari pengaruh variabel *independent/treatment* /perlakuan tertentu terhadap variabel *dependen/hasil/output* dalam kondisi yang terkendalikan.

Secara keseluruhan peneliti menyimpulkan bahwa metode eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari informasi tentang hubungan sebab-akibat antara dua factor dari suatu perlakuan terhadap variabel lain dalam kondisi yang terkontrol. Ada dua

jenis penelitian yaitu penelitian kuantitatif dan penelitian kualitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang dituntut menggunakan angka dengan penyelesaiannya melalui proses statistik. Sedangkan penelitian kualitatif adalah penelitian yang penyelesaiannya tidak menuntut angka.

Metode yang penulis gunakan adalah metode eksperimen. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Latihan Menggunakan Media Ban Terhadap Peningkatan Kemampuan *Pointing* Jongkok Jarak 9 Meter Pada Atlet *Petanque* Kabupaten Kuburaya. Menurut Sugiyono (2013: 107) penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.

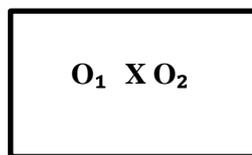
2. Bentuk Penelitian

Suatu penelitian dituntut mampu memilih bentuk penelitian yang tepat. Bentuk dalam penelitian ini adalah kuantitatif, yang menggunakan *Pre-Experimental Design* (Nondesigns). *Pre Experimental Design* karena desain ini belum termasuk eksperimen yang sungguh-sungguh, sebab masih terdapat variabel luar yang juga ikut berpengaruh atas terbentuknya variabel dependen. Jadi eksperimen yang merupakan variabel dependen itu bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini dapat terjadi karena tidak adanya variabel kontrol, dan sampel tidak dipilih secara random. Menurut Sugiyono (2014:109), mengatakan bahwa *Pre-experimental design* ialah rancangan yang meliputi hanya satu kelompok atau kelas yang diberikan pra dan pasca uji. Ada beberapa macam bentuk *pre-experimental designs*, yaitu *One-Shot Case Study*, *One-Group Pretest-Posttest Design*, dan *Intact-Group Comparison*.

3. Rancangan Penelitian

Rancangan *one grup pretest and posttest design* ini, dilakukan terhadap satu kelompok tanpa adanya kelompok kontrol atau pembanding. (Sugiyono, 2018: 114), menyatakan bahwa pada desain ini terdapat *pretest*, sebelum diberi perlakuan Supaya dalam pelaksanaan penelitian akan lebih mudah, maka peneliti mengambil bentuk penelitian. Dalam

penelitian ini menggunakan (*One Group Pretest And Posttest Design*). Arikunto (2010:124) mengatakan, bahwa *one group pretest and posttest design* adalah kegiatan penelitian yang memberikan tes awal (*pretest*) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah memberikan tes akhir (*posttest*). Paradigma dalam penelitian eksperimen model ini adalah desain penelitian yang terdapat *pretest* sebelum diberi perlakuan latihan menggunakan media ban. Alasan mengapa peneliti menggunakan desain “*one group pre-test and post- test*” karena peneliti mengalami hambatan dan keterbatasan, baik itu dalam penentuan sampel, lokasi penelitian dan keterbatasan waktu yang peneliti miliki. Dengan demikian dapat diketahui data lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2017: 114). *Pretest* penelitian ini yaitu kemampuan *pointing* pada atlet *pétanque* Kabupaten Kuburaya selanjutnya diberikan program Latihan menggunakan media ban selama 4 minggu dan setiap minggunya terdapat 3 kali pertemuan dan akhirnya dilakukan *posttest* kemampuan *pointing* permainan *pétanque*.



Keterangan:

O_1 = nilai pretest (sebelum diberi diklat)

O_2 = nilai posttest (setelah diberi diklat)

X = treatment

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. (Sugiyono, 2019:126) menjelaskan Populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek/subyek yang dipelajari, tetapi meliputi

seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek itu. Morissan (2012: 19) mengatakan populasi adalah sebagai suatu kumpulan subjek, variabel, konsep, atau fenomena. “populasi adalah keseluruhan atau himpunan objek dengan ciri yang sama, populasi dapat terdiri dari orang, benda, kejadian, waktu dan tempat dengan sifat atau ciri yang sama” (Hamid Darmadi, 2011 :14).

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa populasi merupakan keseluruhan dari objek peneliti baik berupa benda, orang, tempat peneliti dan kemudian dari hal tersebut dapat ditarik kesimpulan berdasarkan hasil dari penelitian.

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah atlet *petanque* putra Kabupaten Kuburaya sebanyak 15 orang.

2. Sampel

Selain populasi dalam sebuah penelitian diperlukan sampel sebagai representasi dari populasi. Sugiyono (2016: 120) mengemukakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Menurut Wiratna Sujarweni, (2014: 65) sampel adalah bagian dari sejumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang digunakan untuk penelitian. dalam penelitian ini pengambilan sampel menggunakan teknik *sampling purposive* dimana *sampling purposive* ini adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu Sugiyono (2009: 124). Dengan karakteristik sebagai berikut :

- a. Terdaftar Sebagai atlet *petanque* Kabupaten Kuburaya.
- b. Pernah mengikuti kejuaraan antar klub.
- c. Atlet yang mengikuti PORPROV 2022.
- d. Atlet *petanque* putra Kabupaten Kuburaya

Berdasarkan kriteria di atas, maka sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet *petanque* Kabupaten Kuburaya yang berjumlah 10.

C. Teknik dan Alat Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Dalam setiap penelitian ini untuk menjawab sebuah permasalahan yang ada dalam penelitian ini maka diperlukan teknik dan pengumpulan data yang tepat.

Hadari Nawawi (2003:94) menyebutkan ada beberapa teknik pengumpulan data yang digunakan dalam suatu penelitian, yaitu :

- a. Teknik Observasi Langsung
- b. Teknik Observasi Tidak Langsung
- c. Teknik Komunikasi Langsung
- d. Teknik Komunikasi Tidak Langsung
- e. Teknik Studi Dukumenter
- f. Teknik Pengukuran

Dalam penelitian ini digunakan teknik pengumpulan data dengan menggunakan teknik tes dan pengukuran. Seperti yang dikemukakan oleh Hamid Darmadi (2012:85) pengukuran adalah suatu proses yang melibatkan aktivitas mencari informasi yang bersifat kuantitatif dengan jalan membandingkan terhadap kriteria yang telah ditentukan lebih dahulu. Kemudian Nana Syaodih Sukmadinata (2010:222) mengatakan teknik pengukuran bersifat mengukur karena menggunakan instrumen standar atau telah distandarisasikan, dan menghasilkan data hasil pengukuran yang berbentuk angka-angka. Widiastuti (2017: 2) mengatakan pengukuran adalah skor kuantitatif yang berasal dari tes. Pengukuran adalah proses pengumpulan data atau informasi dari suatu objek tertentu dan dalam proses pengukuran diperlukan suatu alat ukur (Nurhasan, 2001:4).

Berdasarkan teori diatas peneliti menyimpulkan bahwa teknik pengukuran data merupakan suatu metode atau cara mengumpulkan data dengan mengukur kemampuan dari subjek dan membandingkan pada kriteria yang telah ditentukan atau distandarisasikan yang kemudian akan menghasilkan data berupa angka-angka.

2. Alat Pengumpulan Data

Sesuai dengan teknik pengumpulan data yang telah ditetapkan maka diperlukan alat pengumpulan data yang sesuai dengan teknik dan jenis data yang hendak digunakan dalam tes dan pengukuran. Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok, (Suharsimi Arikunto, 2006:222). Tes adalah alat atau instrumen yang digunakan untuk memperoleh informasi tentang seseorang atau objek. Sedangkan pendapat Ismaryati (2001:61) “Tes adalah instrumen atau alat yang digunakan untuk memperoleh informasi tentang individu atau objek. Untuk memperoleh hasil penelitian yang diinginkan yaitu “Pengaruh Latihan Menggunakan Media Ban Terhadap Peningkatan Kemampuan *Pointing* Jongkok Jarak 9 Meter”. Adapun instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes *Pointing* lingkaran FOPI (2012). prosedur pelaksanaan tes *Pointing* lingkaran adalah sebagai berikut:

1) Pelaksanaan Tes *Pointing* Lingkaran

a) Tujuan

Untuk mengukur kemampuan *Pointing* posisi jongkok jarak 9 meter

b) Alat dan perlengkapan

- (1) Lapangan *petanque* lengkap dengan garis pembatas dan lingkaran tes *pointing* yang sudah diberi point .
- (2) Jarak *cirle* ke lingkaran tes 9 meter, jarak garis pembatas titik jatuh ke lingkaran 1 meter.
- (3) Bosi, *cirle*, boka, meteran, handuk tangan.

c) Petugas tes

Petugas terdiri dari 2 orang masing-masing bertugas sebagai berikut:

(1) Petugas Tes I

Bediri di dekat area peserta tes, mengawasi pelaksanaan tes.

8	Deny							
9	Oky							
10	Aris							
Nilai rata-rata								

Keterangan :

Skor 1 = kurang baik

Skor 3 = baik

Skor 5 = sangat baik

e) Pencatatan hasil

- (1) Nilai diberikan kepada pelaksanaan tes *Pointing* yang benar.
- (2) Besarnya nilai sesuai dengan berhentinya bosi yang dilempar di area lingkaran yang telah diberi point 1, 3, dan 5.
- (3) Bila bosi berhenti digaris batas lingkaran maka akan diberi nilai pada sasaran yang lebih tinggi, misalnya diantara 1 dan 3, maka dihitung dengan nilai 3.

2) Langkah-Langkah Penelitian

Setelah mendapatkan surat izin penelitian, peneliti menghadap manager dan pelatih atlet *petanque* Kabupaten Kuburaya untuk meminta izin tentang penggunaan pemainnya sebagai subyek penelitian. Setelah didata, penulis mengambil sampel sebanyak 10 atlet, setelah mendapatkan sampel dengan cara populasi maka tahap berikutnya adalah melakukan tes awal *pointing petanque* jarak 9 meter. Widiaastuti (2015:1) mengatakan suatu tes adalah alat atau instrument yang digunakan untuk memperoleh informasi tentang seseorang atau objek. Dalam penelitian ini berlangsung 12 kali pertemuan perlakuan (*treatment*), dan 2 kali pertemuan untuk tes awal dan tes akhir. kemudian setelah mendapatkan sampel dijadikan satu kelompok.

a) Tes awal

Tes awal bertujuan untuk memperoleh data yang digunakan untuk menyamakan tingkat kemampuan pemain atau *testee*, sehingga dapat diketahui perbedaan hasil yang dicapai pemain atau *testee* selama *treatment* atau perlakuan selama 12 kali pertemuan. Dari tes awal ini sampel yang berjumlah 10 atlet akan melaksanakan tes awal *pointing jarak 9 meter*.

Pre-test *Treatment* *Post-test*
Pointing jarak 9 meter media ban *Pointing* jarak 9 meter

Ket :

Pre-1 = *pointing* jarak 9 meter

Pre-2 = *pointing* jarak 9 meter

X = Latihan menggunakan media ban

Post-1 = *pointing* jarak 9 meter

Post-2 = *pointing* jarak 9 meter

b) Pelaksanaan latihan

Penelitian ini dilaksanakan 12 kali pertemuan atau perlakuan, 2 kali pertemuan untuk tes awal dan tes akhir sehingga jumlah keseluruhan 14 kali pertemuan. Sebelum mendapatkan *treatment* seluruh atlet melakukan tes *pointing* jarak 9 meter terlebih dahulu.

Berikut adalah tahapan pelaksanaan Latihan :

1) Melakukan pemanasan statis dan dinamis

2) Melaksanakan *pointing* jarak 9 meter

3) *cooling down* setelah melaksanakan tes awal

c) Tes akhir

Setelah diberikan *treatment* sebanyak 12 kali pertemuan, maka diadakan tes akhir untuk mengetahui hasil Latihan menggunakan media ban terhadap kemampuan *pointing* jarak 9 meter yang dicapai oleh sampel setelah diberi perlakuan atau *treatment*.

D. Uji Keabsahan Instrumen

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada obyek penelitian dengan daya yang dapat dilaporkan oleh

peneliti. Arikunto (2010:211) menjelaskan bahwa validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Artinya hasil ukur dari pengukuran tersebut merupakan besaran yang mencerminkan secara tepat fakta atau keadaan sesungguhnya dari apa yang diukur.

Rumus :

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

Keterangan

N = jumlah responden

X = Skor yang diberikan rater 1

Y = skor yang diberikan oleh rater 2

2. Realibilitas

Realibilitas merupakan terjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability*. Pengukuran yang memiliki realitinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel. Menurut Arikunto (2010:221) bahwa realibilitas menunjuk pada suatu pengertian cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Pengujian dilakukan pada atlet *Petanque* Kabupaten Kuburaya yang melibatkan 10 orang.

3. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah sebuah uji yang dilakukan dengan tujuan untuk menilai sebaran data pada sebuah kelompok data atau variable, apakah sebaran data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Tentunya kita juga sudah tahu, jika data yang baik adalah data yang berdistribusi normal. Kriteria pengambilan keputusan dengan *kolmogrov-smirnov* adalah sebagai berikut :

- a) Nilai *sig* atau signifikansi atau nilai probalitas < 0,05 distribusi adalah tidak normal.

b) Nilai *sig* atau signifikansi atau nilai probabilitas $> 0,05$ distribuai adalah normal.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk membuktikan apakah terdapat pengaruh latihan menggunakan media ban terhadap peningkatan kemampuan *pointing* jongkok pada jarak 9 meter pada atlet *pétanque* Kabupaten Kuburaya. Hipotesis yang diuji dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) H_0 = tidak terdapat pengaruh latihan menggunakan media ban terhadap peningkatan kemampuan *pointing* jongkok jarak 9 meter pada atlet *pétanque* Kabupaten Kuburaya.
- 2) H_a = terdapat pengaruh latihan menggunakan media ban terhadap peningkatan kemampuan *pointing* jongkok jarak 9 meter pada atlet *pétanque* Kabupaten Kuburaya.

Maka uji hipotesis yang digunakan untuk mengetahui perbedaan hasil sebelum tes dan sesudah tes dapat menggunakan uji t dengan menggunakan persamman sebagai berikut:

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

t = tingkat signifikan (t hitung) yang selanjutnya dibandingkan dengan t tabel

r = koefisien korelasi

n = jumlah sampel

E. Prosedur Penelitian

Kegiatan penelitian dilaksanakan meliputi beberapa tahap, yaitu sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

Peneliti mempersiapkan beberapa hal yang menyangkut penelitian, yaitu: obsevasi, menyiapkan program, instrument, surat-surat.

b. Tahap Pelaksanaan

Tahapan pelaksanaan yang dilakukan oleh peneliti di mulai dari tes awal, program treatment, tes akhir, dokumentasi. Dimana penelitian dilakukan sebanyak 14 kali pertemuan sudah termasuk *pretest* dan *postest* yaitu 3 kali pertemuan dalam seminggu, selama 12 kali pertemuan atlet *petanque* di berikan perlakuan latihan *pointing* menggunakan media ban.

c. Pengelohan Data

Hal-hal yang menyangkut pengolahan data, yaitu : Tes-tes

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah upaya mengolah data menjadi informasi, sehingga karakteristik atau sifat-sifat data tersebut dapat dengan mudah dipahami dan dimanfaatkan untuk menjawab masalah-masalah yang berkaitan dengan kegiatan penelitian. Pada dasarnya peneliti ini bersifat eksperimen karena menjelaskan pengaruh latihan menggunakan media ban terhadap peningkatan kemampuan *Pointing* posisi jongkok pada jarak 9 meter.

Agus zaenul fitri(2020: 117) mengatakan analisis data dalam penelitian kuantitatif merupakan kegiatan yang dilakukan setelah peneliti selesai mengumpulkan seluruh data yang diperlukan. Kegiatan analisis data meliputi:

- 1) Mengelompokkan data berdasarkan variabel dari jenis responden.
- 2) Tabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden
- 3) Menyajikan data tiap variabel yang diteliti (biasanya dalam bentuk tabel)
- 4) Melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis (penelitian mengajukan hipotesis)

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu uji signifikan “t”, yaitu untuk mengetahui nilai signifikansi dari Variabel X dan Variabel Y yaitu dari latihan menggunakan media ban terhadap peningkatan

kemampuan *pointing* jongkok jarak 9 meter pada atlet pétanque Kabupaten Kuburaya. Dengan rumus (Arikunto) rumus sebagai berikut:

$$t = \frac{md}{\sqrt{\frac{\sum x^2_d}{N(N-1)}}}$$

keterangan:

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

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

N = Jumlah sampel

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

- 1) Apabila t-hitung \geq dari t-tabel, hipotesis nihil ditolak.
- 2) Apabila t-hitung $<$ dari t-tabel, hipotesis nihil diterima.