BAB III
METODOLOGI PENELITIAN

A. Waktu dan Tempat Penelitian

Tempat dan waktu penelitian pembelajaran ini adalah di SDN Bojong Loa 1 yang beralamat di Desa BojongLoa Kecamatan Cisoka, Kabupaten Tangrerang, Banten. Subjek penelitian pembelajaran yaitu siswa kelas VA dengan jumlah sebanyak 26 siswa sebagai kelas eksperimen dan kelas VB dengan jumlah sebanyak 25 siswa sebagai kelas kontrol, penelitian mengambil lokasi di SDN Bojong Loa 1 dengan beberapa pertimbangan sebagai berikut:

1. Terdapat masalah yang menarik untuk diteliti secara ilmiah dan belum ada yang melakukan penelitian berkaitan dengan masalah permainan tradisional.
2. Lokasi penelitian strategis, sehingga mempermudah penelitian baik dari segi waktu maupun dari segi biaya.

Adapun waktu yang digunakan pada penelitian ini yaitu dilakukan mulai tanggal 16April sampai 09 Mei tahun 2017/2018.

B. Metode Penelitian

Secara umum metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. [1] Dalam penelitian ini metode yaang digunakan adalah metode kuasi eksperimen. Metode kuasi eksperimen merupakan metode yang dilakukan pada kondisi yang alamiah, dengan penelitian yang

[1] Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012), 107.

digunakan yaitu untuk memberikan perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan, metode penelitian ini sebagai bagian dari metode kuantitatif yang mempunyai ciri khas tersendiri, terutama dengan adanya kelompok kontro.

Langkah-langkah pokok penelitian kuasi eksperimen sama dengan penelitian eksperimen murni. Penelitian harus hati-hati menunjukan masing-masing keterbatasan dalam validitas internal dan eksternal pada desain penelitiannya.[2]

Eksperimen peneliti dapat membagi grup yang ada dengan membedakan antara kontrol dan grup secara nyata dengan tetap mengacu bentuk alarm yang suda ada. Sebagai contoh, pada suatu sekolah semua siswa dikelas A dipilih sebagai grup *treatment*, sedangkan seluruh murid kelas B menjadi grup kontrol. Dengan cara ini jika ada perlakuan yang membedakan antara penelitian eksperimen dan kuasi eksperimen adalah penelitian harus berhati-hati dalam menarik hubungan kausal yang terjadi karena dalam penelitian kuasi eksperimen kita tidak dapat mengontrol dan memanipulasi secara bebas dan intensif.[3]

Desain penelitian adalah keseluruhan dari perencanaan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan mengantisipasi beberapa kesulitan yang mungkin timbul selama proses penelitian.[4]

Desain penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu desain *Nonquivalent Control Group Design*, desain ini hampir

---

[2] Zainal Arifin, *Penelitian Pendidikan,* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011), 74-75.

[3] Hamid Darmadi, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2011), 36-37.

[4] Kurnia Eka Lestari, & Mokhammad Ridwan Yudhanegara, *Penelitian Pendidikan Matematika,* 120.

sama dengan *Pretest-Postest Control Group Design* hanya saja dalam desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random.[5] Dalam desain ini melibatkan dua kelompok subjek, satu diberi perlakuan eksperimen (kelompok eksperimen) dan yang lain tidak diberi perlakuan (kelompok kontrol).[6]

Jenis rancangan ini biasanya dipakai pada eksperimen yang menggunakan kelas-kelas yang sudah ada sebagai kelompoknya, dengan memilih kelas yang diperkirakan sama keadaan/kondisinya. Sebagai contoh: pada mata pelajaran PKN di SMA, pokok bahasan transformasi nilai-nilai demokrasi, kelas XI A diajarkan dengan metode diskusi kelas, sedangkan pada kelas XI B diajarkan dengan metode tanya jawab, setelah selesai membahas pokok bahasan tersebut siswa kedua kelas diberikan tes yang sudah standar, lalu hasil rata-rata dari tes kedua kelas tersebut dibandingkan.[7]

Alasan peneliti memilih menggunakan desain penelitian ini, dimaksudkan untuk menilai dan mengetahui adanya pengaruh dari sebuah tindakan yang dilakukan terhadap pembelajaran siswa dalam mata pelajaran penjaskes.

Desain penelitian yang digunkan dalam metode kuasi eksperimen ini adalah:

Nonquivalent Control Group Design

$$\begin{array}{ccc} O_1 & x & O_2 \\ \hline O_3 & x & O_4 \end{array}$$

[5] Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*, 116.

[6] Jakni, *Metodologi Penelitian Eksperimen Bidang Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2016), 74.

[7] Tukiran Taniredja & Hidayati Mustaifidah, *Penelitian Kuantitatif (Sebuah Pengajaran*), (Bandung: Alfabeta, 2016), 74.

Keterangan:

O_1 = *Pre-test* kelompok eksperimen

O_2 = *Post-test* kelompok eksperimen

O_3 = *Pre-test* kelompok kontrol

O_4 = *Post-test* kelompok kontrol

X = Treatmen (menggunakan *metode Struktural Analitik Sintetik).*

C. Populasi dan Sampel

Menurut Sugiono dalam buku Ridwan memberikan pengertian bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek / subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penelitian untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.[8]

Populasi atau *universe* adalah keseluruhan objek yang diteliti baik berupa orang, benda, kejadian, nilai, maupun hal-hal yang terjadi. Sedangkan sampel adalah sebagian dari populasi yang akan diselidiki.[9]

Populasi penelitian ini adalah kelas V dengan jumlah 60 siswa, sampel penelitian ini adalah kelas VB dengan jumlah 30 siswa sebgai kelas eksperimen, dan kelas VA dengan jumlah 30 siswa sebagai kelas kontrol. Kelas eksperimen adalah kelas yang proses pembelajarannya menggunakan tes kebugaran jasmani, dan kelas kontrol adalah kelas yang tidak menggunakan tes kebugaran jasmani, maka sampel yang

[8] Ramayulis, *Metodologi Penelitian Agama Islam*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2014), 317.

[9] Ine I.Amirman Yousda, Zinal Arifin, *Penelitian dan Statistik Pendidikan*, (Jakarta: BUMI AKSARA, 1993), 134.

diambil adalah keseluruhan populasi yaitu siswa kelas V SDN Bojong Loa1 sebanyak 60 siswa.

D. Variabel Penelitan

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi fokus di dalam suatu penelitian. Variabel merupakan konsep yang mempunyai nilai yang bermacam - macam, suatu konsep dapat diubah menjadi suatu variabel dengan cara memusatkan pada aspek tertentu dari variabel itu sendiri.[10]

Penelitian ini mengandung dua variabel yaitu:

1) Variabel bebas

   Variabel bebas yaitu yang mempengaruhi variabel terikat, variabel bebas dalam penelitian ini adalah permainan tradisional.

2) Variabel terikat

   Variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi variabel bebas, variabel terikat dalam penelitian ini adalah kebugaran jasmani siswa.[11]

E. Instrumen dan Teknis Pengumpulan Data

Instrumen merupakan alat untuk mendukung dalam keberhasilan penelitian yaitu untuk mengumpulkan data, instrumen yang digunakan untuk mengetahui tingkat kesegaran siswa kelas V SDN Bojong Loa 1.

---

[10] https://id.wikipedia.org/wiki/Variabel.

[11] http://genggaminternet.com/Pengertian-Variabel-dan-Macam-Macam-Variabel.

Pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai *setting*, berbagai sumber, dan berbagai cara. Bila dilihat dari *setting*nya data dapat dikumpulkan pada *setting* alamiah (*Natural setting*), pada laboratorium dengan model eksperimen, disekolah dengan tenaga pendidikan serta kependidikan, dirumah dengan berbagai responden, dan lain-lain. Bila dilihat dari sumber datanya, maka pengumpulan data dapat menggunakan sumber primer dan sumber sekunder.

Sumber primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data, sumber primer dalam penelitian ini adalah siswa. Dan sumber sekunder adalah sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen.[12]

Adapun teknik-teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan tes praktik. Tes praktik atau tes perbuatan adalah tes yang menuntut jawaban peserta didik dalam bentuk perilaku, tindakan, atau perbuatan.[13]

Tes praktik ini dilakukan untuk pengembangan keterampilan sosial anak dan kebugaran jasmani anak supaya kebugaran jasmani anak bisa lebih baik lagi. Peranan permaianan benteng-bentengan ini dalam pengembangan sosial anak yaitu meliputi:

1. Keterampilan dalam bekerjasama
   Anak bisa mengembangkan keterampilannya saat bermain dan dapat bekerjasama dengan teman ketika bermain serta saling membantu dan menghargai sesama teman.

[12] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: ALFABETA, 2015), 308-309.

[13] http://antik65.blogspot.co.id/2016/11/tes-praktik.

2. Keterampilan dalam menyesuaikan diri
   Kesanggupan anak untuk dapat bereaksi secara efektif dan harmonis terhadap realitas sosial dan situasi sosial, serta bisa menjalin hubungan sosial yang sehat.
3. Keterampilan anak dalam berinteraksi
   Anak mampu berhubungan dengan orang yang ada disekelilingnya.
4. Keterampilan dalam berempati
   Sebuah sifat sekaligus pekerjaan dalam menjalin hubungan antar sesama, baik sesama manusia maupun sesama makhluk hidup.
5. Keterampilan dalam mentaati aturan (disiplin)
   Taat pada peraturan yang dibuat oleh orang tua dan mampu menjalankannya.
6. Keterampilan dalam menghargai orang lain
   Anak mampu memahami orang lain dan mampu menghargai pendapat serta kritikan dari orang lain.[14]

Jadi dengan bermain benteng-bentengan membuat anak lebih bisa menghargai satu sama lain, membangun rasa kerjasama, rasa saling tolong menolong dan mudah berinteraksi dengan lingkungan yang ada disekelilingnya. Peran permainan benteng-bentengan ini juga sangat baik untuk melatih fisik dan mental anak, secara tidak langsung anak-anak akan dirangsang kreatifitas, ketangkasan, jiwa kepemimpinan, kecerdasan dan keluasan wawasannya melalui permainan tradisional.

[14] Euis Kurniati,*Permainan Tradisional dan Perannya Dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak* ,2.

Tabel 3.1 Instrumen Penilaian Permainan Tradisonal Benten-Bentengan

Nama : Adi Suryana

NIS : 13141030

No	Aspek Yang Diamati	Skor			
		4	3	2	1
1.	Kekompakan dalam permainan.				
2.	Dilihat dari kecepatan berlari menangkap teman dan mengambil benteng lawan.				
3.	Kesungguhan dalam melakukan permainan				
4.	Teknik kelihaian bermain: • Menguasai permainan benteng-bentengan. • Memilih tempat terbuka dan luas untuk bermain. • Tandai semua batasan di lapangan permainan. • Menyembunyikan bendera tim secara rahasia. • Diskusikan semua aturan "khusus" sebelum memulai permainan agar mudah mematikan lawan.				
5.	Strategi permainan: • Bagi peran dalam tim menjadi "penjaga" dan "penyerang. • Rencanakan model serangan.				

	• Sembunyikan bendera dengan baik. • Saling bertukar posisi pada pertengahan permainan, agar tidak ada kecemburuan sosial.				

Keterangan:

NA = Jumlah Skor x 100
Skor Maksimal

Kriteria:

A = Sangat Baik (22-25)
B = Baik (17-21)
C = Cukup (13-16)
D = Kurang (9-12)
E = Sangat Kurang (< 5-8)

Tabel 3.2 Instrumen Penilaian Kebugaran Jasmani

Nama : Adi Suryana

NIS : 13141030

No	Aspek Penilaian	Ktegori				
		5	4	3	2	1
1.	Tes Lari Cepat: • Siswa mampu menempuh jarak 40 m dalam waktu 10 detik. • Siswa mampu berlari dengan baik , dengan cara lintas lurus.					

2.	Tes Angkat Tubuh (*pull up)* • Siswa mampu melakukan *pull up* dengan baik sebanyak 5x dalam waktu 15-30 detik untuk putra dan 08-19 detik untuk putri. • Siswa mampu melakukan *pull up* dengan baik, dengan cara bergantung pada tunggal sehingga kepala dan badan lurus kemudian kedua tangan dibuka selebar bahu dan keduanya lurus.					
3.	Tes Baring Duduk (*sit up*) • Siswa mampu melakukan *sit up* dengan baik sebanyak 5x dengan waktu 12-17 kali untuk putra dan 07-13 kali untuk putri. • Siswa mampu melakukan *sit up* dengan cara baring duduk kemudian kedua tangan saling berkaitan dan menyentuh lantai, salah satu teman memegangi kaki temannya agar tidak terangkat, pada aba-aba “ya” subjek bergerak mengambil sikap duduk sehingga siku menyentuh paha kemudian kembali kesikap semula.					

4.	Tes Loncat Tegak (*vertical jump)* • Siswa mampu melakukan loncat tegak dengan baik sebanyak 5x dengan jarak 31-37 cm untuk putra, dan 28-33 cm untuk putri. • Siswa mampu melakukan loncat tegak dengan cara menekukkan lutut dan kedua lengan diayun kebelakang kemudian siswa meloncat setinggi mungkin sambil menepuk papan dengan tangan yang terdekat dengan dinding papan skala sehingga menimbulkan bekas.					
5.	Tes Lari Jarak Sedang • Siswa mampu menempuh jarak 3.000-5.000 meter dalam waktu 20 detik. • Siswa mampu berlari dengan baik, dengan cara lintas lurus.					

Keterangan :

NA = Jumlah Skor x 100

Skor Maksimal

Kriteria :

A = Sangat Baik (22-25)
B = Baik (17-21)
C = Cukup (13-16)
D = Kurang (9-12)
E = Sangat Kurang (< 5-8)

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah proses penyederhanaan data kedalam bentuk yang lebih mudah untuk dibaca agar data yang terkumpul itu dapat dianalisis kemudian diambil kesimpulan. [15]

Teknik analisis data adalah suatu metode atau cara untuk mengolah sebuah data menjadi informasi sehingga karakteristik data tersebut menjadi mudah untuk dipahami dan juga bermanfaat untuk menemukan solusi permasalahan, tertutama masalah yang menyangkut tentang sebuah penelitian.

Uji persyaratan analisis data digunakan sebagai uji hipotesis. Terdapat dua jenis uji persyaratan yaitu uji normalitas untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak, dan uji homogenitas untuk mengetahui data tersebut homogen atau tidak. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Uji normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Chi Kuadrat (X^2) dengan rumus:

[15] https://pastiguna.com/Teknik-Analisis-Data.

$$(x^2) = \sum_{i=1}^{K} \left(\frac{(fo - fe)^2}{fe} \right)$$

Keterangan:

x^2 = Nilai chi-kuadrat

fo = frekuensi yang diobservasi

fe = frekuensi yang diharapkan

Dengan keputusan sebagai berikut:

Jika x^2 hitung $\geq x^2$ tabel, maka distribusi data tidak normal

Jika x^2 hitung $\leq x^2$ tabel, maka distribusi data normal.[16]

Dalam penelitian ini untuk mengetahui kenormalan distribusi data menggunakan *Kalmogorov-Smirnov* test melalui program SPSS 16.Apabila nilai *Asymp.Sig* suatu variabel lebih besar dari level *of significant* 5% (> 0.050) maka variabel tersebut terdistribusi normal,sedangkan jika nilai *Asymp.Sig.*suatu variabel lebih kecil dari level *of significant* 5% (< 0.050) maka variabel tersebut tidak terdistribusi dengan normal.[17]

2. Uji homogenitas

Uji homogenitas yang digunanakan oleh peneliti yaitu menggunakan nilai *Sigificantcy*. Dengan kriteria pengujian sebagai berikut:

Jika nilai *Sigificantcy* $\geq \alpha$, maka bervarian homogin.

Jika nilai *Sigificantcy* $\leq \alpha$, maka bervarian tidak homogin.[18]

---

[16] Riduwan, *Dasar-Dasar Statistik*, (Bandung: Alfabeta, 2013), 193-194.

[17] Ari Aproyono, Abdullah Taman, *Analisis Ovveraction Pada Saham Perusahaan*, (Jakarta: Alfabeta, 2012), 82

[18] R Gunawan Sudarmanto, *Analisis Regresi Linear Ganda Dengan SPSS*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2005), 108.

3. Uji hipotesis

Untuk menguji hipotesis digunakan uji t karena dengan menggunakan uji t dapat diketahui apakah Ho ditolak atau diterima maka digunakan rumus:

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

Keterangan:

Md = Mean dari perbedaan *pretest* dengan *post test*

Xd = Deviasi masing-masing subjek (d-Md)

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

N = Subjek pada sampel

d.b = ditentukan dengan nilai N-1.[19]

Analisis data dilakukan dengan menggunakan SPPS dengan nilai signifikasi 0,05 dan taraf kepercayaan 95%. Dengan kriteria pengujian sebagai berikut:

Jika dihitung ≤ ttabel, maka Ho ditolak.

Jika dihitung ≥ ttabel, maka Ho diterima.

G. Hipotesis Statistik

$H_o : \mu_1 \leq \mu_2$

$H_a : \mu_1 \geq \mu_2$

μ_1 : Rata-rata hasil kebugaran jasmani siswa yang menggunakan metode permainan tradisional untuk peningkatan kebugaran jasmani.

μ_2 : Rata-rata hasil kebugaran jasmani siswa yang menggunakan metode konvensional.

[19] Suharsimin Arikunto, *Prosedur Penelitian,* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2013), 349-350.