

### **III. METODE PENELITIAN**

#### **A. Metode Penelitian**

Metode penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2011 : 16). Metode penelitian merupakan hal yang sangat penting dalam penelitian. Penggunaan metode penelitian pun harus tepat dan mengarah pada tujuan penelitian agar hasil yang diperoleh sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Seperti yang diungkapkan oleh Riduwan (2005 : 4), metode penelitian sebagaimana yang kita kenal sekarang memberikan garis-garis yang cermat dan mengajukan syarat-syarat yang benar, maksudnya untuk menjaga agar pengetahuan yang dicapai dari suatu penelitian mempunyai harga ilmiah yang setinggi-tingginya.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan studi korelasional. Menurut Riduwan (2005 : 207) metode deskriptif korelasional yaitu studi yang bertujuan mendeskripsikan atau menggambarkan peristiwa atau kejadian yang sedang berlangsung pada saat penelitian tanpa menghiraukan sebelum dan sesudahnya. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian survei dengan teknik tes. Metode penelitian dalam penelitian ini mencakup prosedur dan instrumen atau alat yang digunakan

dalam penelitian. Oleh karena itu berikut ini akan diuraikan tentang bagaimana metode yang digunakan untuk menentukan objek penelitian, metode pengumpulan data, metode pengolahan data dan analisis data.

## **B. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian (Arikunto Suharsimi, 2010: 130). Sedangkan Sugiyono (2013: 80) menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek/ subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Populasi dalam penelitian ini adalah mencakup siswa putri kelas X SMK N 1 Gedong Tataan Pesawaran Tahun Ajaran 2014/2015 yang berjumlah 33 orang.

### **2. Sampel**

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu mengikut sertakan semua individu atau anggota populasi menjadi sampel (Arikunto Suharsimi, 2010: 112). Pengambilan sampel berdasarkan tujuan dan pertimbangan tertentu (Suharsimi Arikunto Suharsimi, 2010: 127). Menurut Gay dalam Consuelo et al (1993: 163) ukuran minimum untuk penelitian korelasi sebanyak 30 orang. Sampel penelitian ini adalah siswa putri yang dapat melakukan meroda. Sampel yang digunakan sebanyak 33 orang.

### C. Variabel Penelitian

Menurut Arikunto Suharsimi (2010 : 96) : “variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Ada dua variabel yang terlibat dalam penelitian ini, yakni variabel bebas dan variabel terikat. Kedua variabel tersebut akan diidentifikasi ke dalam penelitian ini sebagai berikut:

#### 1. Variabel Bebas

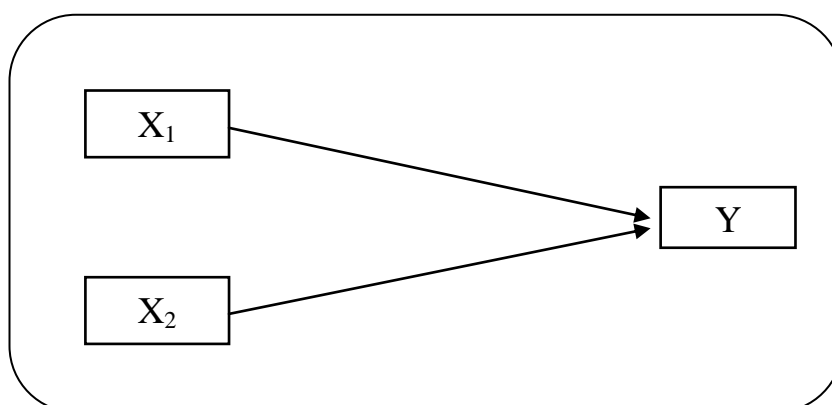
- a. Kekuatan Otot Lengan ( $X_1$ )
- b. Keseimbangan ( $X_2$ )

#### 2. Variabel Terikat

- a. Kemampuan Meroda ( $Y$ )

### D. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah sebagai berikut:



Gambar 4. Desain Penelitian Variabel X dan Y

## E. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Suharsimi Arikunto Suharsimi (2010:265) dijelaskan bahwa metode pengumpulan data merupakan cara yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya. Lebih lanjut dikatakan oleh Arikunto Suharsimi (2010 : 265) bahwa untuk memperoleh data data yang diinginkan sesuai dengan tujuan peneliti sebagai bagian dari langkah pengumpulan data merupakan langkah yang sukar karena data data yang salah akan menyebabkan kesimpulan-kesimpulan yang ditarik akan salah pula.

Pengambilan data dilakukan dengan pemberian tes dan pengukuran melalui metode survey, yaitu peneliti mengamati secara langsung pelaksanaan tes dan pengukuran dilapangan.

## F. Instrumen Penelitian

Tes dan pengukuran yang dilakukan meliputi :

### 1. Instrumen Kekuatan Otot Lengan

Kekuatan otot lengan diukur dengan tes *push up* dari Mulyono B. (2008:61- 62).

### 2. Intrumen Keseimbangan

Berdiri Burung Bangau/ *Stork Stand* (Hastad &Lacy, 1998) dalam Ismaryati (2008: 48).

Tujuan : Tes ini bertujuan untuk mengukur keseimbangan statis.

Tingkat umur : 6 Tahun sampai dewasa

- Perlengkapan : 1. Lantai datar yang tidak dekat dengan tembok  
2. Stopwatch
- Pelaksanaan : Testi berdiri pada salah satu ujung jari kaki (dengan kaki yang dominan) dan kaki yang lainnya menempel pada lutut kaki tumpu, lengan di atas pinggang. Dengan diberi aba-aba “ya” testi mengangkat tumitnya dari lantai(jinjit) dan mempertahankan sikap ini selama mungkin tanpa gerakan apapun atau meletakan tumitnya menyentuh lantai. Saat mengangkat tumit dan mempertahankannya tangan tidak boleh lepas dari pinggang.
- Penilaian : Hasil tes yang diperoleh adalah waktu terlama (detik) antara mengangkat tumit sampai kehilangan keseimbangan dari 3 kali percobaan yang diberikan dan data diambil dari nilai terbaik.

### **3. Instrumen Meroda**

Kemampuan meroda dinilai dengan tes kemampuan gerak dasar meroda (Sikap Awal, Pelaksanaan, dan Sikap Akhir) dari Suyati, dkk (2007: 157).

## G. Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik dengan studi korelasi. Adapun langkah-langkah dalam pengolahan data hasil penelitian adalah sebagai berikut:

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

Keterangan :

- $r_{xy}$  = Koefisien korelasi
- $n$  = Jumlah sampel
- $X$  = Skor variabel X
- $Y$  = Skor variabel Y
- $\sum X$  = Jumlah skor variabel X
- $\sum Y$  = Jumlah skor variabel Y
- $\sum X^2$  = Jumlah kuadrat skor variabel X
- $\sum Y^2$  = Jumlah kuadrat skor variabel Y

Menurut Riduwan (2005:98), harga  $r$  yang diperoleh dari perhitungan hasil tes dikonsultasikan dengan Tabel  $r$  product moment. Interpretasi tersebut adalah sebagai berikut :

Tabel. 1: Interpretasi Koefisien Korelasi Nilai  $r$ .

Interval Koefisien Korelasi	Interpretasi Hubungan
0,80 – 1,00	Sangat kuat
0,60 – 0,79	Kuat
0,40 – 0,59	Cukup kuat
0,20 – 0,39	Rendah
0,00 – 0,19	Sangat rendah

Sumber : Riduwan. 2005

Setelah diketahui besar kecilnya  $r_{xy}$  maka taraf signifikan dilihat dengan :

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

Kriteria pengujian hipotesis tolak  $H_0$  jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$ , dan terima  $H_0$  jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$ . Untuk dk distribusi  $t$  diambil  $n-2$  dengan  $\alpha = 0,05$ , dan untuk mencari besarnya sumbangan ( kontribusi ) antara variabel X dan variabel Y maka menggunakan rumus Koefisien Determinansi :

$$KP = r^2 \times 100\%$$

Keterangan:

KP = Nilai Koefisien Detreminansi

r = Koefisien Korelasi