

III. METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metodologi adalah " Ilmu pengetahuan yang membahas tentang jalan atau cara mendapatkan sesuatu atau data dengan menggunakan teknik serta alat-alat yang sistematis dalam rangka mendapatkan suatu hal yang diinginkan" (Winarno Surachmad, 1986:105). Sedangkan menurut Sutrisno Hadi (1981:4) metodologi adalah : " Suatu usaha untuk menentukan, mengembangkan serta menguji kebenaran suatu pengetahuan, usaha mana dilakukan dengan menggunakan metode-metode ilmiah".

Dari pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa metodologi penelitian adalah metode yang digunakan seorang peneliti dalam usahanya memperoleh hasil yang diinginkan atau diharapkan dari penelitian yang dilakukan. Metode penelitian yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Furchan (1982:415)berpendapat bahwa:

"Penelitian deskriptif dirancang untuk memperoleh informasi tentang status gejala pada saat penelitian dilakukan. Penelitian ini diarahkan untuk menetapkan sifat suatu situasi pada waktu penyelidikan itu dilaksanakan. Dalam penelitian deskriptif tidak ada perlakuan yang diberikan atau dikendalikan seperti yang dapat ditemui dalam penelitian eksperimen. Tujuan penelitian ini adalah untuk melukiskan variabel atau kondisi "apa adanya" dalam situasi tertentu".

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan terhadap siswa kelas V dan VI SD Negeri 2 Gotong Royong Tahunpelajaran 2011 – 2012, dan tes kebugaran jasmani dilakukan di halaman SD Negeri 2 Gotong Royong. Untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa dilakukan tes secara non laboratoris, yaitu Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) kelompok umur 10-12 tahun.

C. Definisi Operasional

Istilah yang didapat dalam judul penelitian ini adalah ” Deskripsi Kebugaran Jasmani Siswa Kelas V dan VI Putra dan Putri SD Negeri 2 Gotong Royong Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2011-2012” dapat dijelaskan sebagai berikut :

Deskripsi. Pengertian deskripsi menurut Yandianto (1998:87) adalah pemaparan atau gambaran dengan kata-kata secara jelas dan terperinci. Jadi yang dimaksud dengan deskripsi dalam penelitian ini adalah menceritakan , memaparkan dan menggambarkan tingkat kebugaran jasmani siswa SD Negeri 2 Gotong Royong Bandar Lampung.

Tingkat Kebugaran Jasmani. Pengertian tingkat kebugaran jasmani menurut pendapat Suharto,dkk (2000:71) adalah klasifikasi kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Jadi yang dimaksud dengan tingkat kebugaran jasmani dalam penelitian ini adalah tingkat kemampuan fisik siswa yang diukur dengan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI).

Siswa. Pengertian siswa dalam penelitian ini adalah seluruh murid kelas V dan VI SD Negeri 2 Gotong Royong Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2011-2012.

SD Negeri 2 Gotong Royong adalah lembaga pendidikan formal tingkat sekolah dasar yang merupakan salah satu diantara sekolah dasar negeri di Bandar Lampung.

D. Pengukuran dan Tes Kebugaran Jasmani

Untuk mengungkapkan data tentang kebugaran jasmani siswa kelas V dan VI SD Negeri 2 Gotong Royong pengambilan datanya menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI). Seorang siswa yang dapat melakukan tes dengan baik memiliki tingkat kebugaran jasmani yang terbagi atas 5 klasifikasi, yaitu: baik sekali, baik, sedang, kurang dan kurang sekali. Adapun uji tes kebugaran jasmani pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

1. Menentukan siswa yang akan dijadikan sample penelitian.
2. Persiapkan alat-alat yang akan digunakan.
3. Tenaga pelaksana tes, berhubung tes harus dilakukan dalam waktu yang telah ditentukan maka peneliti bekerja sama dengan tenaga pelaksana lainnya.
4. Tahap pelaksanaan tes.
5. Mengumpulkan hasil tes dengan kartu penilaian Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI).

E. Populasi dan Sampel Penelitian

a. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V dan VI SD Negeri 2

Gotong Royong Tahun Pelajaran 2011-2012 yang berjumlah

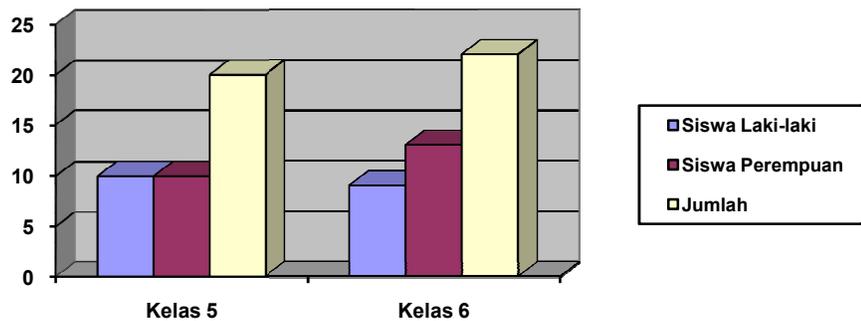
42. Menurut Prof. Sutrisno Hadi, MA (1983:2) populasi adalah kumpulan individu-individu yang terdapat di suatu daerah.

Jadi populasi adalah suatu sasaran atau objek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V dan VI SD Negeri 2 Gotong Royong Tahun Pelajaran 2011-2012. Jumlah populasi yang akan dijadikan sample penelitian dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Daftar Populasi Siswa Kelas V dan VI SD Negeri 2 Gotong Royong Tahun Pelajaran 2011-2012

No	Kelas	Jenis kelamin		Jumlah
		Laki-laki	Perempuan	
1.	V	10	10	20
2.	VI	9	13	22
Jumlah	2	19	23	42

Sumber: laporan bulanan SD Negeri 2 Gotong Royong



b. Sampel

Mengingat populasi dalam penelitian ini tidak terlalu banyak, maka penelitiannya adalah penelitian populasi dengan objek penelitian seluruh siswa kelas V dan VI SD Negeri 2 Gotong Royong Tahun Pelajaran 2011-2012 yang berjumlah 42 siswa.

F. Metode Pengumpulan Data

Seperti yang kita ketahui bahwa kualitas data akan ditentukan oleh kualitas alat dan metode yang digunakan dalam pengambilan data, sehingga data yang di dapat benar-benar reliabel dan valid. Sehubungan dengan hal tersebut, maka penulis menentukan metode yang digunakan dalam penelitian, yaitu:

a) Metode Pokok.

Dalam pengambilan data tersebut yaitu menggunakan tes pengukuran. Tes adalah suatu usaha yang dilakukan untuk mengetahui seberapa jauh kemampuan yang dimiliki.

Pengukuran adalah identifikasi suatu jumlah yang belum diketahui dengan suatu jumlah yang

sudah di ketahui. Secara umum dapat pula dikatakan bahwa tes dan pengukuran adalah bagian dari proses evaluasi yang mencakup tiga langkah pokok yaitu:

- 1) Menentukan dan menilai tujuan-tujuan.
- 2) Mengumpulkan data dan informasi
- 3) Mempertimbangkan dari ditinjau dari tujuan yang ingin dicapai.

(Aryadi Adnan, dkk,1987:1)

Teknik dan pengukuran ini penulis gunakan untuk mendapat data-data hasil pengukuran *Physical Fitnes* dari TKJI yang dipilih dalam pengolahan data.

b) Metode Bantu

Yang dimaksud dengan metode bantu dalam pengambilan tes tersebut adalah :

- 1) Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku agenda, majalah, presentasi dan sebagainya (Suharsimi Arikunto, 1983:132) Metode ini penulis gunakan untuk melengkapi data penelitian berupa masalah-masalah administrasi SD Negeri 2 Gotong Royong.

- 2) Metode Observasi

Observasi adalah studi yang sengaja dan sistematis tentang fenomena-fenomena sosial atau gejala-gejala psikis dengan jalan pengamatan langsung (Kartini Kartono, 1983:142).

Metode ini penulis gunakan untuk mengungkapkan data mengenai tingkat kebugaran siswa secara langsung.

c) Analisis Data.

Data yang didapat berupa tingkat kebugaran jasmani siswa sesuai dengan hasil tes Tingkat Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI), kemudian dianalisis untuk mengetahui klasikal

masing-masing anggota populasi penelitian sesuai dengan Norma Tes Kesegaran Jasmani Indonesia yang membagi tingkat kebugaran menjadi 5 kategori yaitu: Baik Sekali (BS), Baik (B), Sedang (S), Kurang (K), Kurang Sekali (KS)