

III. METODE PENELITIAN

A. Metodologi

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 sesuatu yang diinginkan"

(Winarno Surachmad, 1996: 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 penulis kemukakan bahwa metodologi penelitian adalah metode yang digunakan seorang peneliti dalam usahanya memperoleh hasil yang diinginkan atau diharapkan dari penelitian yang diharapkan. 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 penelitian itu dilaksanakan.

Dalam penelitian deskriptif tidak ada perlakuan yang diberikan atau dikendalikan seperti yang ditemui dalam penelitian eksperimen. Tujuan

penelitian ini adalah untuk melukiskan variabel atau kondisi "apa adanya" dalam situasi tertentu.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan terhadap siswa kelas IV,V dan VI SDN I Sukoyoso, Pringsewu tahun ajaran 2011/2012, dan tes kebugaran jasmani dilakukan di Lapangan halaman sekolah. Untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa dilakukan tes secara berurutan dan sistematis menurut pelaksanaan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) kelompok umur 10-12 tahun.

C. Definisi Operasional

Deskripsi Kebugaran Jasmani siswa kelas IV,V dan VI SDN I Sukoyoso Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Pringsewu 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 kelas IV,V dan VI SDN I Sukoyoso Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Pringsewu. 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).

Pengertian siswa dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V semester dua yang terdaftar di SDN I Sukoyoso Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Pringsewu tahun 2011.

SD Negeri I Sukoyoso Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Pringsewu adalah lembaga pendidikan formal tingkat dasar yang merupakan salah satu diantara sekolah dasar negeri di Kabupaten Pringsewu.

D. Pengukuran Tes Kebugaran Jasmani

Untuk mengungkapkan data tentang kebugaran jasmani siswa kelas IV, V dan VI SDN I Sukoyoso, pengambilan datanya menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI). Seorang siswa yang dapat melakukan tes dengan baik memiliki tingkat kebugaran jasmani yang terbagi dalam 5 klasifikasi, yaitu: baik sekali, baik, sedang, kurang dan kurang sekali. Adapun uji tes kesegaran jasmani pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

- 1) Menentukan siswa yang akan dijadikan sampel penelitian.
- 2) Persiapan alat-alat yang akan digunakan.
- 3) Tenaga pelaksana tes, berhubung tes harus dilakukan dalam waktu yang telah ditentukan maka peneliti bekerjasama dengan tenaga pelaksana yang lainnya.
- 4) Tahap pelaksanaan tes.

- 5) Mengumpulkan hasil tes dengan kartu penelitian Tes Kesehatan Jasmani Indonesia (TKJI).

E. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV, V dan VI SDN I Sukoyoso Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Pringsewu tahun pelajaran 2011/2012 berjumlah 34 orang. Menurut Sutrisno Hadi (1983 : 3) populasi adalah kumpulan individu-individu yang terdapat di suatu daerah. Jadi populasi adalah suatu sasaran atau objek dalam penelitian, yang dalam penelitian adalah siswa SDN I Sukoyoso Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Pringsewu tahun 2011.

2. Sampel

Mengingat populasi dalam penelitian ini terlalu banyak, maka penelitiannya adalah penelitian populasi dengan objek penelitian seluruh kelas IV, V dan VI SDN I Sukoyoso Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Pringsewu tahun pelajaran 2011/2012 yang berjumlah 34 siswa.

F. Teknik Pengumpulan Data

Seperti kita ketahui bahwa kualitas data akan ditentukan oleh kualitas alat dan metode yang digunakan dalam pengambilan data, sehingga data yang

didapatkan benar-benar valid. Sehubungan dengan hal tersebut, maka penulis menentukan metode yang digunakan dalam penelitian, yaitu:

- a) Teknik Pengumpulan Pokok
 - 1) Menentukan dan menilai tujuan-tujuan.
 - 2) Mengumpulkan data dan informasi-informasi.
 - 3) Mempertimbangkan arti ditinjau dari tujuan yang ingin dicapai.

(Aryandi Adnan, dkk.,1987: 1).

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

- b) Teknik Pengumpulan Bantu

Yang dimaksud dengan metode bantu dalam pengambilan tes tersebut adalah:

- 1) Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah mencari 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 SDN I Sukoyoso Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Pringsewu tahun 2011.

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.

G. Analisis Data

Data yang didapat berupa tingkat kebugaran jasmani siswa sesuai dengan hasil tes Tingkat Kesegaran Jasmani Indonesia (TJKI), kemudian dianalisis untuk mengetahui klasifikasi 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), dan Sangat Kurang (SK).