

III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Suatu penelitian akan dapat berhasil dengan baik dan juga sesuai dengan prosedur ilmiah apabila penelitian tersebut menggunakan metode atau alat bantu yang tepat, maka penelitian yang dilaksanakan lebih terarah dan akan dapat memperoleh hasil yang baik sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif statistic (*descriptive statistic*) , yaitu untuk menggambarkan secara jelas tingkat kebugaran jasmani siswa kelas V SDN 1 Keputran Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Pringsewu yang melakukan tes pada sore hari.

Menurut Kholid Narbuko dan H. Abu Achmadi (2004: 44) menjelaskan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha menuturkan pemecahan masalah yang ada sekarang berdasarkan data-data, ia juga menyajikan data, menganalisis dan menginterpretasi. Tujuan dari penelitian deskriptif adalah untuk memecahkan masalah secara sistematis dan faktual mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi.

B. Variabel Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (1998: 99) Variabel Penelitian adalah obyek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Sedangkan menurut Sumadi Suryabrata (2000: 72) variabel penelitian adalah segala sesuatu yang akan dijadikan obyek pengamatan penelitian.

Dalam penelitian ini variable dikelompokkan menjadi dua yaitu:

1. Variabel bebas (*independent variable*) yaitu siswa kelas V SDN 1 Keputarn Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Pringsewu yang melakukan tes TKJI
2. Variable terikat (*dependent variable*) kebugaran jasmani siswa

C. Populasi dan Subyek Penelitian

1. Populasi

Populasi menurut Sudjana (1992: 6) adalah : totalitas nilai yang mungkin, tanpa menghitung ataupun pengukuran, kuantitatif maupun kualitatif mengenai karakteristik tertentu dari semua anggota kumpulan yang lengkap dan jelas yang ingin dipelajari sifat-sifatnya. Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto(1998: 115) bahwa populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Berdasarkan pendapat diatas maka yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SD 1 Keputran Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Pringsewu tahun pelajaran 2011.

2. Subyek Penelitian

Sampel penelitian adalah suatu obyek yang menjadi bahan penelitian. Adapun untuk menentukan besarnya sampel yang diteliti, Suharsimi Arikunto (1998: 120) apabila subyeknya kurang dari 100 maka lebih baik diambil semua, sehingga penelitian ini disebut penelitian populasi, selanjutnya jika jumlah subyeknya besar dapat diambil antara 10-15% atau 20-25%. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas V yang berjumlah 22 siswa dengan rincian 15 laki-laki dan 7 perempuan.

D. Teknik Pengumpulan Data.

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini digunakan metode yang sesuai dengan tujuan penelitian yaitu ingin melihat Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa kelas V yang melakukan tes TKJI. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dengan cara menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) usia 10-12 tahun.

E. Teknik Analisis Data

Untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa kelas V SDN 1 Keputran Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Pringsewu yang melakukan tes TKJI dianalisis supaya dapat memberikan informasi tentang apa yang menjadi tujuan penelitian.