

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan dalam pemanasan (*warming-up*) terhadap motivasi berolahraga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki SMA Negeri 9 Kota Tangerang.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Adapun penelitian ini dilakukan di:

1. Tempat Penelitian

Tempat penelitian ini dilakukan di sekolah SMA Negeri 9 Kota Tangerang. Jl.Jali No.9 Kelurahan Kunciran Jaya Kecamatan Pinang Kota Tangerang Provinsi Banten.

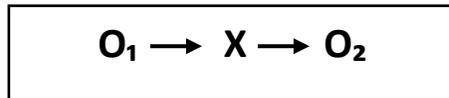
2. Waktu Penelitian

Adapun waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2015 dan pengambilan data dilaksanakan pada saat kegiatan ekstrakurikuler hoki di Sekolah SMA Negeri 9 Kota Tangerang pada bulan Mei 2015

C. Metode Penelitian

Peneliti menggunakan jenis penelitian berupa metode eksperimen dengan desain penelitian menggunakan "*Pretest-Posttest Design*". Yaitu untuk mengetahui variabel bebas dan variabel terikat, adapun variabel bebas

adalah permainan dan variabel terikat adalah motivasi berolahraga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki SMAN 9 Kota Tangerang.



Keterangan :

O_1 = *Pre-test*

X = *Treatment*

O_2 = *Post-test*

Penelitian ini diawali dengan tes awal untuk mengetahui sejauh mana tingkat motivasi berolahraga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki SMAN 9 Kota Tangerang. Kemudian diberikan perlakuan berupa permainan yang disusun sedemikian rupa oleh peneliti dalam pemanasan (*warming-up*) dan dilakukan tes akhir untuk mengetahui sejauh mana perkembangan motivasi berolahraga siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler hoki SMAN 9 Kota Tangerang setelah diberikan permainan dalam pemanasan (*warming-up*). Desain yang digunakan sebagai berikut:

D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Sebagai populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 9 Kota Tangerang yang mengikuti ekstrakurikuler hoki dengan jumlah 32 siswa.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik total sampling yang diambil sebagai sampel sebanyak 32 siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler hoki SMAN 9 Kota Tangerang, yang terdiri dari 21 siswa putra dan 11 siswi putri.

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini pengumpulan data dengan menggunakan instrument penelitian berupa angket. Data yang diambil dari siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler *hoki* SMAN 9 Kota Tangerang yang menjadi sampel penelitian.

F. Instrumen Penelitian

1. Definisi Konseptual

Motivasi berolahraga adalah dorongan dari individu tersebut untuk memenuhi kebutuhan atau kepentingan, baik disebabkan karena perbedaan tingkat perkembangan umurnya, minat, kepuasan, pencapaian masing-masing individu, pekerjaan dan kebutuhan-kebutuhan lainnya.

2. Definisi Operasional

Motivasi berolahraga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki adalah skor yang di dapat melalui jawaban angket motivasi dengan indikator sebagai

berikut: a) untuk dapat bersenang-senang dan mendapatkan kegembiraan, b) untuk melepaskan ketegangan psikis, c) untuk mendapatkan pengalaman esthetis, d) untuk dapat berhubungan dengan orang lain (mencari teman), e) untuk kepentingan kebanggaan kelompok, f) untuk memelihara kesehatan badan, g) untuk keperluan kebutuhan praktis sesuai pekerjaan (bela diri, menembak, dan lainnya).

Instumen yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan cara pengisian angket yang telah disediakan oleh peneliti, tentang motivasi berolahraga siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler hoki SMAN 9 Kota Tangerang. Dengan menggunakan “**Skala Likert**” dengan kategori pilihan yaitu:

Sangat Setuju	= 5
Setuju	= 4
Ragu-Ragu	= 3
Tidak Setuju	= 2
Sangat Tidak Setuju	= 1

Berdasarkan kajian teori yang ada, maka kisi-kisi butir pertanyaan untuk penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen motivasi berolahraga bagi anak-anak, remaja yang tidak mempersiapkan diri untuk pertandingan.

Variabel	Indikator	Pernyataan		Jumlah
		+	-	
Motivasi berolahraga	a. Untuk dapat bersenang-senang dan mendapatkan kegembiraan.	1, 2, 3	4, 5, 6	6
	b. Untuk melepaskan ketegangan psikis.	7, 8	9,10	4
	c. Untuk mendapatkan pengalaman esthetis.	11, 12, 13	14, 15, 16	6
	d. Untuk dapat berhubungan dengan orang lain (mencari teman).	17, 18, 19, 20	21, 22, 23, 24	8
	e. Untuk kepentingan kebanggaan kelompok.	25, 26	27, 28	4
	f. Untuk memelihara kesehatan badan.	29, 30, 31	32, 33, 34	6
	g. Untuk keperluan kebutuhan praktis sesuai pekerjaannya (bela diri, menembak, dan lainnya).	35, 36, 37	38, 39, 40	6
Jumlah				40

3. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Proses pengembangan instrument penelitian dimulai dengan penyusunan butir instrument sebanyak 40 butir pernyataan dengan lima pilihan jawaban. Penyusunan instrument tersebut mengacu pada indikator-indikator yang terdapat pada kisi-kisi. Proses kalibrasi instrument dilakukan dengan menganalisa data uji coba untuk menentukan validasi butir dan reliabilitas instrument penelitian menggunakan rumus *product moment*. Validitas yang dimaksudkan disini adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan suatu instrumen. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat.

Maka kriteria batas minimum pernyataan yang diterima adalah r tabel = 0,404 jika r hitung $>$ r tabel maka butir pernyataan dianggap valid. Rumus *product moment*.¹ Sebagai berikut:

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

Hasil pengujian validasi setiap butir dari 40 pernyataan yang diberikan kepada setiap sampel, yang valid dapat digunakan sebagai instrumen penelitian dan yang tidak valid dihilangkan atau tidak digunakan. Data yang valid akan diuji reliabilitasnya. Reliabilitas merupakan ungkapan bahwa

¹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: PT. Rineka Cipta. 2002), h. 243

sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik dan dapat dipercaya sesuai dengan data kenyataan yang diambil. Sedangkan untuk reliabilitas tes digunakan rumus **Alpha-Chronbach**, yaitu:

$$r_{11} = \left| \frac{k}{(k-1)} \right| \left| 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2} \right|$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas instrumen

k = Banyaknya butir pernyataan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_b^2$ = Jumlah varians butir

σ_1^2 = Varians total²

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik statistic uji t, sebagai berikut:

1. Mencari nilai Rata-rata (Mean) untuk :

a. Tes Awal (Sebelum Y_1)

$$\bar{Y}_1 = \frac{\sum Y_1}{n}$$

b. Tes Akhir (Sesudah Y_2)

$$\bar{Y}_2 = \frac{\sum Y_2}{n}$$

² *Ibid.*, h. 171

2. Mencari nilai Deviasi untuk :

a. Tes Awal (sebelum Y_1)

$$SY_1 = \sum Y_1^2 - \left\{ \frac{(\sum Y_1)^2}{n} \right\}$$

b. Tes Akhir (sesudah Y_2)

$$SY_2 = \sum Y_2^2 - \left\{ \frac{(\sum Y_2)^2}{n} \right\}$$

c. Mencari nilai total

$$SY_1Y_2 = \sum Y_1Y_2 - \left\{ \frac{(\sum Y_1)(\sum Y_2)}{n} \right\}$$

3. Mencari Standar Deviasi Mean (SDm) untuk :

a. Tes Awal (sebelum Y_1)

$$SD_{mY_1} = \frac{SY_1}{n-1}$$

b. Tes Akhir

$$SD_{mY_2} = \frac{SY_2}{n-1}$$

4. Mencari Standar Deviasi Error Mean (SDE_m)

a. Tes Awal (sebelum Y_1)

$$SDE_{mY_1} = \frac{SD_{mY_1}}{n} \iff SDE_{m\check{Y}_1} = \sqrt{SDE_{mY_1}}$$

b. Tes Akhir (sesudah Y_2)

$$SDE_{mY_2} = \frac{SDmY_2}{n} \iff SDE_{m\bar{Y}_2} = \sqrt{SDE_{mY_2}}$$

5. Mencari Koefisien Korelasi (r_{xy})

$$r_{Y_1Y_2} = \frac{SY_1Y_2}{\sqrt{(SY^1)(SY^2)}}$$

6. Mencari nilai t_{hit} (t_0)

$$t_0 = \frac{|\bar{Y}_1 - \bar{Y}_2|}{\sqrt{(SDE_{mY_1} + SDE_{mY_2}) - 2r_{Y_1Y_2} \{(SDE_{m\bar{Y}^1})(SDE_{m\bar{Y}^2})\}}}$$

7. Mencari nilai t-tabel dengan nilai dk pada taraf kepercayaan

$$\alpha = 0,05$$

8. Mencari nilai t-hitung dan nilai t-tabel

t-hitung < t-tabel maka hipotesis penelitian ditolak

t-hitung > t-tabel maka hipotesis penelitian diterima

9. Kesimpulan.