

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional dalam pemanasan (*warming up*) terhadap motivasi latihan pada atlet hoki Universitas Negeri Jakarta.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Tempat penelitian yang digunakan adalah Gedung Serba Guna Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Jl. Pemuda No. 10, Rawamangun Jakarta Timur.

##### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei sampai bulan Juni 2014.

#### **C. Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain penelitian menggunakan *pre-test* dan *post-test group* yaitu untuk mengetahui pengaruh variabel bebas permainan tradisional terhadap variabel terikat motivasi latihan KOP Hoki Universitas Negeri Jakarta. Penelitian diawali dengan tes awal untuk mengetahui sejauh mana tingkat motivasi Latihan KOP Hoki Universitas Negeri Jakarta. Kemudian diberikan

perlakuan penerapan permainan tradisional dalam pemanasan (*warming up*) dan dilakukan tes akhir untuk mengetahui tingkat sejauh mana perkembangan motivasi Latihan KOP Hoki Universitas Negeri Jakarta setelah diberikan permainan tradisional dalam pemanasan (*warming up*). Desain yang digunakan sebagai berikut:



Keterangan:

- O<sub>1</sub> = *Pre-test*
- X = *Treatment*
- O<sub>2</sub> = *Post-test*

#### **D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel**

##### 1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa yang tergabung dalam KOP Hoki Universitas Negeri Jakarta.

##### 2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik total sampling yang diambil sebagai sampel sebanyak 30 atlet hoki Universitas Negeri Jakarta, yang terdiri dari 20 atlet putra dan 10 atlet putri.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini pengumpulan data dengan menggunakan instrumen penelitian berupa angket. Data yang diambil dari anggota hoki UNJ yang menjadi sampel penelitian.

## F. Instrumen Penelitian

### 1. Instrumen penelitian

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah dengan cara pengisian angket yang telah disediakan oleh peneliti, tentang motivasi latihan anggota hoki UNJ. Dengan menggunakan “**Skala Likert**” dengan kategori pilihan yaitu:

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

### 1. Definisi Konseptual

Motivasi latihan adalah dorongan dari seseorang atas dasar Kebutuhan fisiologis, Kebutuhan rasa aman, Kebutuhan akan cinta dan rasa memiliki (sosial), Kebutuhan akan penghargaan atau harga diri., Kebutuhan aktualisasi diri.

## 2. Definisi Operasional

Motivasi latihan adalah skor yang didapat melalui dimensi; 1) kebutuhan fisiologis: a. pembawaan atlet, b. kebugaran fisik. 2) kebutuhan rasa aman: a. fasilitas (sarana dan prasarana), b. lingkungan. 3) kebutuhan akan cinta dan rasa memiliki (sosial): a. social, b. ikatan emosional, c. keanggotaan kelompok. 4) kebutuhan akan rasa harga diri: a. prestasi dan kompetensi, b. kehadiran dan kebebasan, c. mengatasi tantangan, d. perasaan mampu dan berguna (percaya diri). 5) kebutuhan aktualisasi diri: a. pengembangan potensi, b. kepuasan diri, c. cita-cita dan harapan. Berdasarkan kajian teori-teori yang ada, maka kisi-kisi butir pertanyaan untuk penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Kisi-kisi instrumen

No	Variabel	Dimensi	Indikator	Pernyataan		Jumlah
				favorable	unfavorable	
1.	Motivasi	1. kebutuhan fisiologis	a. Pembawaan atlet b. Kebugaran fisik.	4	2	6
		2. Kebutuhan rasa aman	a. Fasilitas (sarana dan prasarana) b. lingkungan	5	1	6
		3. Kebutuhan akan cinta dan rasa memiliki (social)	a. Sosial b. Ikatan emosional. c. Keanggotaan kelompok	5	2	7
		4. Kebutuhan Akan rasa harga diri	a. Prestasi dan kompetensi. b. Kehadiran dan kebebasan c. Mengatasi tantangan d. Perasaan mampu dan berguna (percaya diri)	9	3	12
		5. Kebutuhan Aktualisasi diri	a. Pengembangan potensi. b. Kepuasan diri c. cita-cita dan harapan	7	2	9
Total						40

### 3. Kalibrasi

Proses pengembangan instrumen penelitian dimulai dengan penyusunan butir instrumen sebanyak 40 butir pernyataan dengan lima pilihan jawaban. Penyusunan instrumen tersebut mengacu pada indikator-indikator yang terdapat pada kisi-kisi. Proses kalibrasi instrumen dilakukan dengan menganalisa data uji coba untuk menentukan validasi butir realibilitas instrumen penelitian menggunakan rumus product momen. Maka kriteria batas minimum pernyataan yang diterima adalah  $r_{\text{tabel}} = 0,361$  jika  $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$  maka butir pernyataan dianggap tidak valid atau drop dan tidak digunakan. Rumus product momen.<sup>1</sup> sebagai berikut:

$$R_{xy} = \frac{n \cdot \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n \cdot (\sum x^2) - (\sum x)^2][n \cdot (\sum y^2) - (\sum y)^2]}}$$

Hasil pengujian validasi setiap butir pernyataan maka dari 40 pernyataan setelah dianalisis validitasnya 35 pernyataan memenuhi atau valid dan 5 pernyataan dinyatakan tidak memenuhi kriteria atau tidak valid yaitu pernyataan nomor 3, 4, 12, 23, dan 27 dengan demikian soal yang valid dapat digunakan sebagai instrumen penelitian dan yang tidak valid dihilangkan atau tidak digunakan. Sedangkan untuk realibilitas tes digunakan rumus **Alpha-Chronbach**, yaitu:

---

<sup>1</sup> Suharsimi Arikunto, Prosedur penelitian Suatu pendekatan Praktik (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1998), h. 213

$$R_{xx} = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum ab^2}{vt} \right]$$

Dengan keterangan :

- $R_{11}$  : realibilitas instrumen  
 $K$  : banyaknya butir pertanyaan  
 $V_t$  : varians total  
 $Ab^2$  : jumlah varian butir.<sup>2</sup>

### G. Teknik Analisis Data

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

$$H_0 : \mu_1 \leq \mu_2$$

$$H_i : \mu_1 > \mu_2$$

1. Mencari mean

$$M = \frac{\sum x}{N}$$

2. Mencari simpangan baku

$$S_{x_1} = \sqrt{\frac{n \sum x_1^2 - (\sum x_1)^2}{n(n-1)}}$$

3. Mencari standar kesalahan mean

$$SE M_{x_1} M_{y_1} = \sqrt{(SE M_{x_1})^2 - (SE M_{y_1})^2}$$

---

<sup>2</sup> ibid., h.154

4. Mencari nilai t-hitung

$$t_0 = \left| \frac{M_{x_1} - M_{y_1}}{SE M_{x_1} M_{y_1}} \right|$$

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

$$\alpha = 0,05$$

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

t-hitung < t-tabel maka hipotesis penelitian ditolak

t-hitung > t-tabel maka hipotesis penelitian diterima

7. Kesimpulan