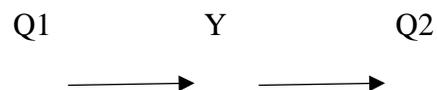


BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain penelitian

Penelitian ini termasuk metode kuantitatif dengan desain eksperimen sampel tidakterpisah, karena tidak dapat mengontrol semua variabel yang mempengaruhi hasil penelitiannya memiliki satu kelompok (sampel) saja, yang diukur dua kali, pengukuran pertama dilakukan sebelum subjek diberi perlakuan (pre-test), kemudian perlakuan (treatment), yang akhirnya ditutup dengan pengukuran kedua (post-test).

ada pun rancangan tersebut dapat digambarkan sebagai berikut:



Keterangan:

Q1: Pengukuran Awal (*Pre-test*)

Y: Perlakuan (*Treatment*)

Q2: Pengukuran Akhir (*Post-test*)

B. populasi

Menurut Margono (2017) populasi adalah keseluruhan data yang menjadi pusat perhatian seseorang peneliti dalam ruang lingkup dan waktu yang telah ditentukan. Populasi berkaitan dengan data-data, jika seseorang manusia memberikan suatu data, maka ukuran atau banyaknya populasi akan sama banyaknya manusia. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 3 SDN 001 Sungai Kunjang yang berjumlah empat kelas yaitu 3A, 3B, 3C, 3D dengan total jumlah siswanya kurang lebih 115 Siswa.

Tabel 3.1 populasai kelas 3 SDN 001 Sungai Kunjang.

NO.	KELAS	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
1	3A	17	12	29
2	3B	17	13	30
3	3C	17	11	28
4	3D	14	14	28
	Jumlah	65	50	115

C. Sampel

Sampel menurut Sugiyono (2018) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut sampel yang diambil dari populasi tersebut harus betul-betuk representative atau mewakili populasi yang di teliti. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan Teknik *nonprobability sampling* yang juga digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah suatu teknik penetapan sampel dengan menentukan sampel dengan sebuah pertimbangan tertentu.

Dikaranakan total populasi yang ada terbilang menjadi 4 kelas yaitu, maka peneliti mengambil sampel $\frac{1}{4}$ (seperempat) dari total populasi atau hanya mengambil 1 kelas sebagai sampel yaitu kelas 3 C. Sehingga sampel kali ini berjumlah 28 siswa kelas 3 SDN 001 Cendana Sungai Kunjang.

D. Devinisi Operasional Variabel

Adapun jenis variable menurut Sugiyono (2015) yaitu variable independent dan Variabel Dependen. Variabel Independen sering disebut sebagai stimulus, predictor, antecedent. Dalam Bahasa Indonesia sering disebut sebagai variable bebas. Variabel bebas merupakan variable yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variable dependen (terikat). Sedangkan variable dependen sering disebut sebagai variable output, kriteria, konsekuensi. Dalam Bahasa Indonesia sering disebut variable terikat.

- a) Variabel terikat yaitu kemampuan Keterampilan gerak dasar lokomotor
- b) Variabel yang mempengaruhi yaitu metode permainan *ice breaking*

E. Teknik Pengumpulan data

Teknik pengumpulan data menurut sugiyono (2016) Teknik pengumpulan data adalah suatu Langkah yang dinilai strategis dalam penelitian, karena mempunyai tujuan yang utama dalam memperoleh data. Teknik yang akan diambil peneliti untuk memperoleh data yaitu dengan melakukan tes, dimana para siswa akan di tes sprint, melompati sebuah kun dari kiri-kanan bahkan kedepan dan Kembali ketempat dan tes berlari zig-zag.

1. Berlari

Berlari merupakan pengembangan berjalan, dan mempunyai sifat khusus, ialah badan pada suatu saat tidak ada kontak dengan tanah atau bertumpu pada tanah. Dikatakan pengembangan berjalan merupakan gerak berjalan yang dilakukan sevara cepat. Gerak berlari digunakan oleh manusia untuk mencapai tujuan-tujuan yang sederhana sampai kepada tujuan-tujuan yang lebih kompleks.

2. Melompat

Melompat adalah suatu gerak lokomotor yang membuat tubuh terlontar ke udara dan dapat berpindah dari satu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kedua kaki untuk menolak dan kedua kaki untuk mendarat.

F. Instrumen Penelitian

Menurut sugiyono (2018) “Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengukur nilai variable yang diteliti. Data yang dikumpulkan saat melakukan observasi atau penelitian harus valid agar dapat menunjang keberhasilan penelitian kali ini. Pada penelitian ini menggunakan pengambilan data kemampuan dasar motorik anak sekolah dasar kelas III dengan pendekatan proses yaitu penilaian yang lebih menekankan kepada kualitas (benar tidaknya) suatu Gerakan bukan kepada kuantitas seperti cepat, seberapa jauh dan seberapa banyak.

1. Lembar Observasi

Lembar observasi digunakan sebagai lembar pengamatan yang digunakan untuk mengukur kemandirian belajar siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

2. Tes

Jenis tes yang dibawakan oleh peneliti adalah jenis *test pre-test* dan *post-test*. tes yang dilakukan sebelum guru memulai kegiatan pembelajaran. *Pre-test* diberikan dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan awal peserta didik terkait materi yang akan disampaikan. Sedangkan *post-test* adalah suatu evaluasi akhir dalam bentuk pertanyaan yang penulis berikan kepada masyarakat sasaran setelah pelajaran/materi telah tersampaikan. metode permainan *Ice Breaking*

terhadap ketrampilan gerak dasar lokomotorsiswa sekolah dasar ini yaitu:

a. Pre-test & Post-test

- 1) berlari
- 2) melompat

b. Treatment

Sam-sam

- 3) Siswa dibagi menjadi 3 bagian untuk memainkan sebuah sam-sam. Dan diberikan sebuah patahan keramik kecil sebagai alat melempar untuk memainkan sebuah sam-sam.
- 4) Dan mereka mulai memainkan secara bersamaan seperti berlomba dan jangan sampe melewati batas garis yang sudah di gambarkan.
- 5) Kemudian terus bermain jika tidak gagal dalam melewati garis yang tergambar.
- 6) Dan sampai menyelesaikan bagian akhir kotak kotak yang tergambar.

3. Prosedur dan Teknik Penilaian

A. Menggunakan Instrument Gerak Dasar Lokomotor

Tabel 3.2 Tabel Penilaian siswa

NO.	NAMA/INISIAL	KATEGORI					
		Berlari Zig-zag		Sprint		Lompat	
		<i>PRE-test</i>	<i>Post-test</i>	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1	AAHR	10	15	8	15	18	8
2	AHH	9	10	6	10	12	12
3	CPT	13	9	6	9	17	13
4	FA	10	9	6	9	24	8
5	FRA	10	7	8	7	18	10
6	FAV	9	8	8	8	14	10
7	GNA	11	10	6	10	10	11
8	MPK	7	15	5	15	9	15

9	MSA	11	12	7	12	13	14
10	MAA	7	14	5	14	7	12
11	MAK	7	11	7	11	10	12
12	MD	7	10	5	10	7	10
13	MF	7	9	5	9	7	10
14	MF	8	10	6	10	6	8
15	MRR	8	11	5	11	6	8
16	MRA	9	12	6	12	5	10
17	MRA	9	14	6	14	12	10
18	MZ	9	10	7	10	9	10
19	MZ	8	17	7	17	6	12
20	MSR	9	10	7	10	14	11
21	NN	9	12	8	12	15	9
22	NZ	9	14	9	14	15	9
23	NR	8	19	9	19	14	10
24	RIP	11	11	7	11	15	10
25	RAI	10	13	10	13	14	12
26	RAA	10	15	7	15	21	13
27	SF	10	11	8	11	15	9
28	TO	9	10	9	10	12	9

A. Pre-test dan post-test

Berlari zig-zag

1	2	3	4	5
X	▲	▲	▲	▲
X	▲	▲	▲	▲

Keterangan:

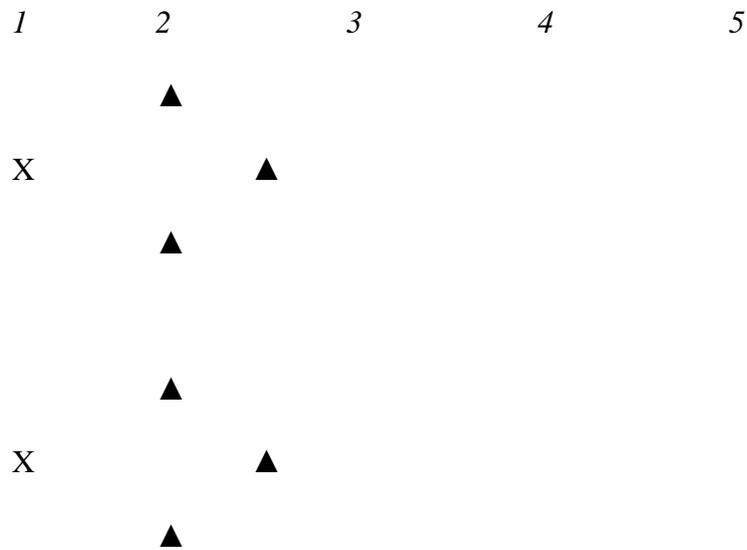
X = Siswa

▲ = Kun/Rintang

Angka = Urutan Siswa

- 1) Siswa dibagi menjadi dua baris untuk berlari melewati kun yang diberi jarak 1 meter.
- 2) dan siswa diarahkan mempersiapkan diri menunggu panggilan masing-masing dari guru
- 3) Ketika sudah mendengarkan aba-aba dari guru siswa paling depan mulai Bersiap siap
- 4) Dan kemudian siswa berlari zig-zag melewati kun.
- 5) setelah melewati kun siswa diarahkan untuk Kembali melewati yang tadi dan selanjutnya seperti itu terus sampai kepada siswa siswa berikutnya.

Melompat



Keterangan:

X = Siswa/Sampel

▲ = Kun/Rintang

Angka = Urutan siswa

- 1) Siswa dibagi menjadi dua baris untuk Bersiap melompati kun yang sudah di letakkan guru.
- 2) Kemudian siswa diarahkan untuk mempersiapkan diri untuk melompat.
- 3) Setelah aba-aba sudah diarahkan kemudian siswa melompat kearah depan kiri dan kanan sampai dua kali.
- 4) Semakin cepat semakin baik untuk siswa. Dan siswa selanjutnya pun sama.

LARI SPRINT

Keterangan:

X = Siswa

▲ = Kun

1 2 3 4 5

X ▲

X ▲



Lapangan 100meter

- 1) Siswa berdiri di garis star
- 2) Star yang dilakukan star biasa saja bukan jongkok
- 3) Setelah mendengarkan aba-aba “ya”, siswa berlari secepatnya mungkin sampai mencapai garis finish, dan stopwatch dihidupkan untuk menghitung satuan detik
- 4) Dan kemudian siswa Kembali ke lintasan yang du lewati dan Kembali ke barisan paling belakang.
- 5) Dan dilanjutkan Kembali dengan siswa berikutnya.

B. Treatment

Treatment merupakan pemberian kondisi yang akan dinilai pengaruhnya.

TREATMENT (permainan) / sam-sam Yang akan diberikan:

Permainan sam-sam adalah permainan yang dilakukan dengan cara melompat satu kaki, dilanjutkan dengan melompat dua kaki secara bergantian pada petak-petak

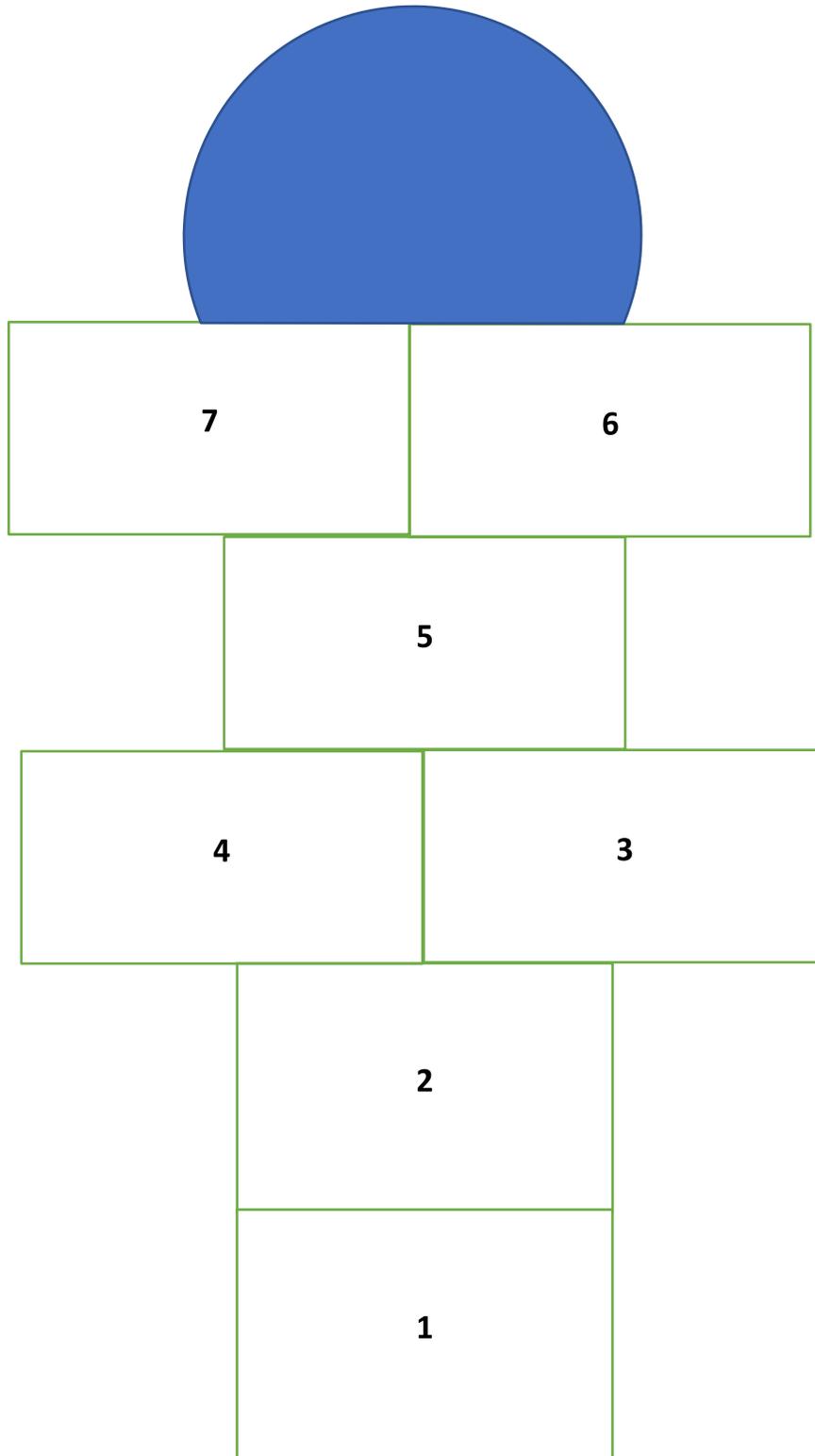
yang telah ditentukan. Sebenarnya jenis permainan ini ada hampir di seluruh nusantara, akan tetapi dengan nama yang berbeda-beda.

Cara Bermainnya:

1. Para pemain harus melompat dengan menggunakan satu kaki disetiap kotak-kotak/ petak-petak yang telah digambarkan sebelumnya ditanah.
2. Untuk dapat bermain, setiap anak harus mempunyai yang biasanya berupa pecahan keramik ataupun batu juga bisa.
3. Pecahan keramik dilempar ke salah satu petak yang tergambar ditanah.
4. Pemain tidak diperbolehkan untuk melemparkan pecahan keramik melebihi kotak atau petak yang disediakan. Jika ada pemain melakukan kesalahan tersebut maka pemain tersebut akan dinyatakan gugur dan diganti dengan pemain selanjutnya.

Manfaat dari permainan ini:

- 1) Kemampuan fisik menjadi kuat karena dalam permainan engklek diharuskan untuk melompat-lompat
- 2) Mengasah kemampuan bersosialisasi dengan orang lain dan mengajarkan kebersamaan.
- 3) Dapat menaati aturan-aturan permainan yang telah disepakati.
- 4) Mengembangkan kecerdasan logika. Dan melatih untuk berhitung dan menentukan Langkah-langkah yang harus dilewati.



Gambar 2. Permainan Tradisional (Sam-Sam)

G. Teknik analisis Data

Sebelum akan dilakukan sebuah pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan uji prasyarat. Pengujian terhadap data hasil pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk membantu dalam hal analisis agar menjadi lebih baik. Untuk itu dalam penelitian ini akan diuji normalitas.

c) Uji Normalitas

Uji Normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah distribusi skor variable berkurva normal atau tidak. Untuk menguji normalitas data digunakan uji Kolmogorov Smirnov dengan bantuan seri Program statistic (SPSS) edisi 23 for windows. Untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data masing-masing variable dengan menilai hasil dari signifikansi, apabila sig hitung $> 0,05$, maka data dinyatakan berdistribusi normal.

d) Uji Homogenitas

Uji Homogenitas berfungsi untuk menunjukkan bahwa unsur-unsur sampel penelitian memang homogen (sama, sejenis) atau tidak homogen. Setelah data-data dinyatakan normal, maka Langkah selanjutnya adalah melakukan uji homogenitas varian. Ini dilakukan untuk menguji kesamaan beberapa sampel. Apabila hasil pengujian homogenitas tidak sama dengan keseluruhan responden penelitian (terdiri satu unsur saja, atau terdiri dari beberapa unsur), maka pengolahan data tidak dilanjutkan ke dalam pengukuran pengaruh atau hubungan dan pengujian hipotesis.

e) Pengujian Hipotesis

Penelitian ini memakai metode eksperimen. Analisis data penelitian di lakukan dengan membandingkan data pretest dan posttest sesudah perlakuan. Jika nilai t hitung lebih besar dari nilai t table maka hipotesis (hipotesis 0) diterima dan bila nilai t hitung lebih kecil dari nilai t table maka H_0 ditolak. Pada penelitian ini uji-t menggunakan SPSS23.