

## BAB III

### MEDOTOLOGI PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini. (Arikunto, 2006:273). Dalam hal ini sebagai variabel bebas (X) adalah *power* otot lengan, dan sebagai variabel terikat (Y) adalah hasil *shooting under ring* bolabasket.

#### B. Populasi dan Sampel Penelitian

##### 1. Populasi Penelitian

Arikunto (2006: 108) “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra ekstrakurikuler SMA N 1 Rengat yang berjumlah 16 orang.

##### 2. Sampel Penelitian

Sampel Penelitian adalah sebagian dari anggota populasi yang diambil dengan menggunakan teknik tertentu yang disebut dengan teknik sampling.

Arikunto (2006: 134) menyatakan:

“Apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi, jika jumlah subjeknya besar, dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih, tergantung setidak-tidaknya dari: a) Kemampuan penelitian dilihat dari waktu, tenaga, dan dana, b) Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subjek, karena hal ini menyangkut sedikitnya data, c) Besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti. Untuk penelitian yang resiko besar, hasilnya akan lebih baik”.

Berdasarkan Kutipan di atas, sehubungan populasi yang tidak begitu besar dan kurang dari 100 orang, maka seluruh populasi dijadikan sampel penelitian yaitu siswa putera ekstrakurikuler sebanyak 16 orang.

### C. Defenisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan penjelasan dalam penelitian di bawah ini dapat diuraikan penjelasan tentang variabel-variabel yang di teliti yaitu:

1. *Power* adalah tenaga maksimal yang dapat dikerahkan sebuah otot atau kelompok otot dalam waktu yang sesingkat mungkin.
2. *Shooting under ring* adalah usaha memasukkan bola ke keranjang dengan memantulkan ke papan pantul terlebih dahulu diistilahkan dengan menembak, dapat dilakukan dengan satu tangan, dua tangan dan *lay-up*.

### D. Pengembangan Instrumen Penelitian

Untuk mendapatkan data yang diperlukan dalam penelitian ini adalah melalui tes kemampuan teknik dasar *shooting under ring* bolabasket. Nurhasan (2001:186) mengemukakan pengambilan tes *power* otot lengan dan kemampuan *shooting under ring* sebagai berikut:

1. Tes *power* otot lengan dan bahu dengan tolak bola *medicine*:
  - a) bola *medicine* 2,7216 kg (6 pound)
  - b) kapur atau isolasi warna
  - c) tali yang lunak untuk menahan tubuh, bangku dan meteran

#### Pelaksanaan Tes

Pelaksanaan tes *power* dengan melakukan *two-hand medicine ball put* (Ismariyanti, 2008 : 64). Dimana ukuran yang digunakan yaitu bola *medicine*

seberat 2,7216 kg. Langkah-langkah pelaksanaan *two-hand medicine ball put* adalah sebagai berikut:

- a) Testee duduk di bangku dengan punggung lurus.
- b) Testee memegang bola *medicine* dengan kedua tangan didepan dan dibawah dagu.
- c) Testee mendorong bola kedepan sejauh mungkin, punggung tetap menempel di sandaran kursi. Agar punggungnya tetap menempel di sandaran kursi ketika mendorong bola, tubuh testee ditahan menggunakan tali oleh pembantu *testee*.
- d) *Testee* melakukan ulangan sebanyak tiga kali. Sebelum melakukan tes, *testee* boleh mencoba melakukannya satu kali.

Penilaian *tes two-hand medicine ball put*

- a) Jarak diukur dari tempat jatuhnya bola dari ujung bangku
- b) Nilai yang diperoleh adalah jarak yang terjauh dari tiga ulangan yang dilakukan

Untuk lebih jelas lihat gambar *two-hand medicine ball put* dibawah ini :



**Gambar 1. *Two-Hand Medicine Ball Put***  
(Ismaryanti, 2008:64)

## 2. *Shooting Under Ring Tes* (Nurhasan, 2001:186)

Pelaksanaan tes:

- a. Orang coba bola di depan dada, berdiri disembarang tempat di bawah basket. Setelah aba-aba “Ya”, testee berusaha memasukkan bola tersebut sebanyak mungkin ke dalam basket dalam waktu 30 detik. Sebelum masuk kedalam basket, bola harus terlebih dahulu menyentuh papan basket. Hanya bola yang sah masuk yang diberi skor. (Nurhasan, 2001:186)

### E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data-data yang dibutuhkan dalam penelitian ini, penulis menggunakan beberapa cara sebagai berikut :

#### 1) Observasi

Teknik observasi ini digunakan untuk memperoleh data tentang aktifitas siswa selama proses pembelajaran dikumpulkan dengan cara melakukan pengamatan langsung ke lapangan yang dilakukan terhadap objek penelitian untuk mengetahui secara konkrit kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil *shooting under ring* permainan bolabasket siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Rengat.

#### 2) Kepustakaan

Teknik ini digunakan untuk mendapatkan informasi atau konsep tentang penjelasan-penjelasan teori-teori tentang olahraga bolabasket dan yang berhubungan dengan latihan variasi dan cara pengukurannya, sehingga dapat menunjang dan mendukung landasan teori dalam penelitian ini.



### 3) Tes dan pengukuran

Tes dilakukan untuk mengambil data yang peneliti butuhkan untuk mengetahui kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil *shooting*. Adapun tes dan pengukuran adalah tes *power* otot lengan dan tes *shooting under ring*.

### F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis korelasi sederhana. Hipotesis dianalisis dengan korelasi sederhana. Sebelum melakukan analisis terhadap data di atas, dilakukan uji persyaratan, yaitu uji normalitas untuk mengetahui apakah data berasal dari populasi yang berdistribusi normal, dilakukan dengan uji *signifikan*.

Berdasarkan pada hipotesis yang diajukan, analisis data yang dilakukan dapat dikemukakan sebagai berikut :

1. Tingkat hubungan antar dua variabel diuji dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* oleh Pearson dalam Arikunto (2006:274) :

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

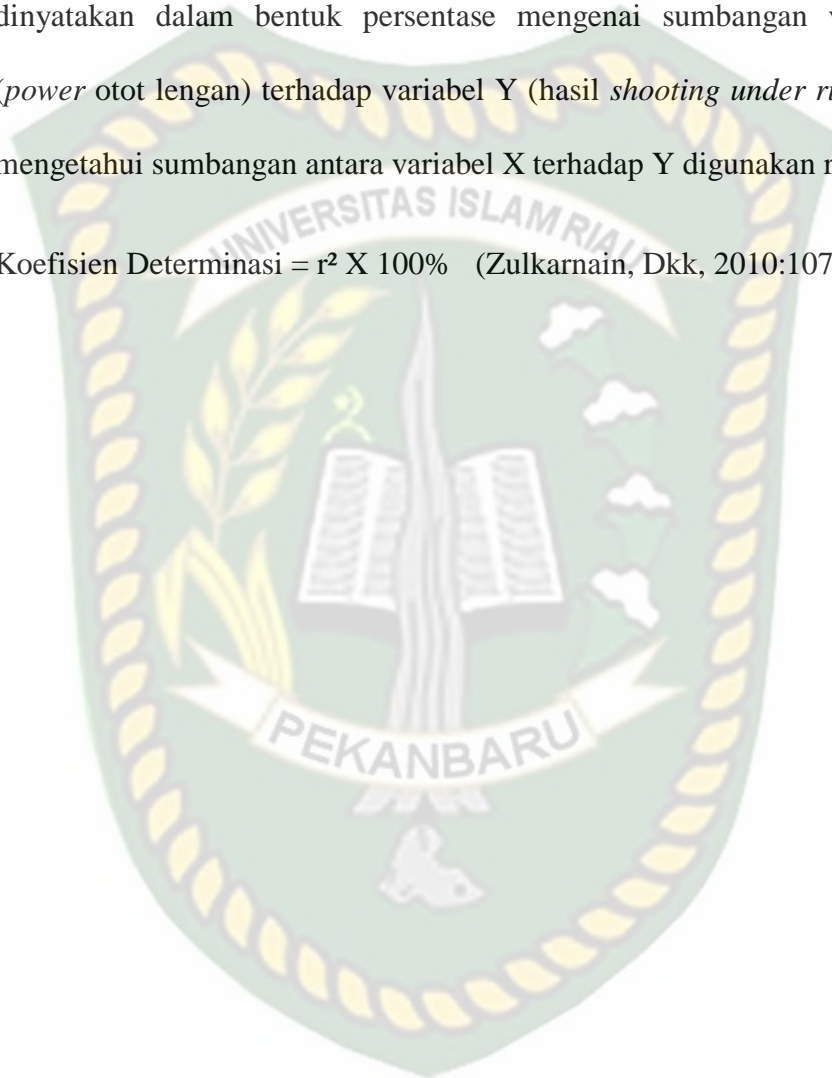
Keterangan :

- $r_{xy}$  = koefisien korelasi antara variabel x dengan variabel y
- $r^2$  = kontribusi
- $\sum X$  = Jumlah data x
- $\sum Y$  = Jumlah data y
- $\sum X^2$  = Jumlah data kuadrat x
- $\sum Y^2$  = Jumlah data kuadrat y
- n = Jumlah data (sampel)
- r = korelasional

## 2. Rumus Kontribusi ( $r^2$ )

Koefisien determinasi (membedakan) adalah suatu hubungan yang dinyatakan dalam bentuk persentase mengenai sumbangan variabel X (*power* otot lengan) terhadap variabel Y (hasil *shooting under ring*). Untuk mengetahui sumbangan antara variabel X terhadap Y digunakan rumus :

Koefisien Determinasi =  $r^2 \times 100\%$  (Zulkarnain, Dkk, 2010:107)





Dokumen ini adalah Arsip Milik :

**Perpustakaan Universitas Islam Riau**



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

**Perpustakaan Universitas Islam Riau**