

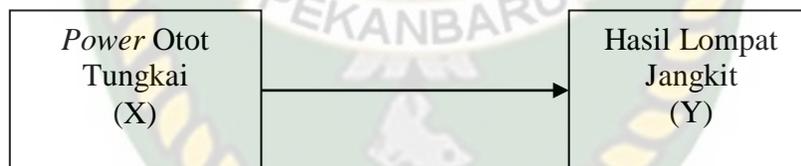
BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rancangan penelitian korelasional. Korelasional adalah suatu alat statistik, yang dapat digunakan untuk penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rancangan penelitian korelasional. Korelasional adalah suatu alat statistik, yang dapat digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variable yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variable-variabel ini (Arikunto, 2006:273).

Dalam Winarno (2011:55) menyebutkan bahwa rancangan penelitian korelasional bermaksud untuk mengungkap hubungan antar variabel.



Gambar 7. Hubungan kausal variabel X dan Y
(Winarno, 2011:56)

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putera kelas X IPA SMA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi, yang berjumlah 13 orang siswa putera. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 1. Populasi siswa putera kelas X IPA SMA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi

No	Kelas	Siswa Putera
1	IPA 1	6 orang
2	IPA 2	7 orang
	Jumlah	13 orang

Tata Usaha SMA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi

2. Sampel Penelitian

Menurut Arikunto dalam Riduwan (2005:11) sampel adalah bagian dari populasi yang mempunyai ciri-ciri atau keadaan tertentu yang akan diteliti. Kemudian Winarno (2011:83) menambahkan bahwa sampel adalah bagian dari populasi yang menjadi pusat perhatian kita, dalam ruang lingkup dan waktu yang kita tentukan.

Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh, artinya seluruh populasi dijadikan sampel (Sugiono, 2010:96). Sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 13 orang siswa

putera kelas X SMA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi.

C. Definisi Operasional

Untuk menghindari salah pengertian terhadap judul penelitian ini maka penulis menjelaskan sebagai berikut :

- a. *Power* atau daya ledak otot merupakan gabungan beberapa unsur kondisi fisik, yaitu unsur kekuatan dan unsur kecepatan. Artinya kemampuan daya ledak otot dapat dilihat dari hasil suatu unjuk kerja yang dilakukan dengan menggunakan kekuatan dan kecepatan. Alat ukur yang digunakan adalah *test standing broad jump*.
- b. Lompat jangkit adalah suatu gerakan melompat yang merupakan rangkaian gerakan yang dilakukan dengan berjingkat, melangkah dan melompat untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya. Lompat jangkit biasanya disebut dengan lompat tiga (*tripe jump*) karena lompat jangkit terdiri dari tiga urutan gerak yaitu gerak berjingkat, gerak melangkah dan gerakan melompat itu seniri. Tiga gerakan tersebut dilakukan dengan secara terpadu dan berkesinambungan dalam suatu rangkaian gerak.

D. Pengembangan Instrument Penelitian

Adapun instrumen penelitian penelitian ini terdiri dari dua variabel yang akan dilakukan pengesanan. Variabel yang pertama adalah Tes *Standing Broad Jump* (Widyastuti, 2011:104) dan tes kedua adalah test kemampuan lompat jangkit.

1. Tes *Standing Broad Jump* (Widyastuti, 2011:104)

a) Alat/Fasilitas : pita pengukur untuk mengukur jarak melompat, dan area *soft landing*.

b) Pelaksanaan :

Siswa berdiri di belakang garis start yang ditandai diatas pita lompat dengan kaki agak terbuka lebar bahu. Setelah dua kaki lepas landas dan mendarat, dengan dibantu oleh ayunan lengan dan menekukkan lutut untuk membantu hasil lompatan. Hasil yang dicatat adalah jarak yang ditempuh sejauh mungkin, dengan mendarat dikedua kaki tanpa jatuh kebelakang. Tiga kali pelaksanaan dan diambil nilai terbaik.

c) Pencatatan hasil :

Pengukuran diambil dari *take off line* ke titik terdekat dari kontak pada pendaratan (belakang tumit). Catat jarak terpanjang melompat, yang terbaik dari tiga percobaan.



Gambar 8. Pelaksanaan Tes *Standing Broad Jump* (Widyastuti, 2011:104)

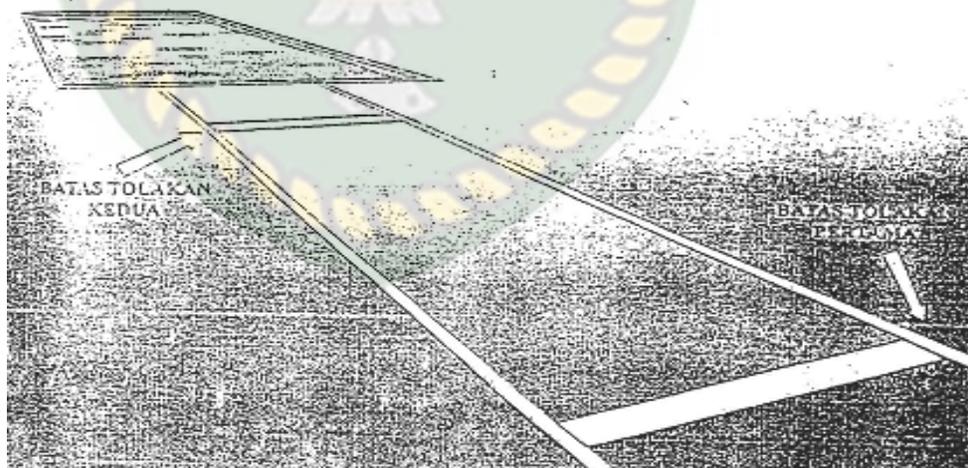
2. Tes Lompat Jangkit (PASI, 2010:52)

Pelaksanaan Lompat Jangkit:

Adapun tes lompat jangkit yang akan dilaksanakan sesuai dengan yang disebutkan dalam Adi (2008:55) yaitu secara umum perlengkapan dan tempat dilaksanakannya lompat jangkit tidak berbeda dengan perlombaan lompat jauh. Namun, terdapat perbedaan pada letak papan tolakan. Dalam lompat jauh, terdapat satu buah papan tolakan, yaitu yang terletak 1 meter sebelum bak pasir. Sernentara dalam lompat jangkit terdapat dua papan tolakan, yaitu yang terletak minimal 3 meter dan 1 meter dari pangkal bak pasir.

Selanjutnya pendapat tersebut sejalan dengan yang disebutkan dalam PASI (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia) (2010-2011) pada Pasal 186 tentang lompat jangkit (*triple jump*) yaitu ketentuan untuk perlombaan lompat jauh berlaku untuk lompat jangkit yaitu:

- a) Lompat-jangkit terdiri dari "jingkat"(*hop*), "langkah"(*step*) dan "lompat" (*jump*), yang dilakukan secara berurutan.
- b) "Jingkat" dilakukan sedemikian sehingga atlet mendarat dengan kaki yang sama dengan saat bertumpu, pada saat "langkah" mendarat dengan kaki lain yang lalu digunakan untuk tumpuan "lompat".
- c) Tidaklah akan dianggap suatu kegagalan bila atlet pada waktu melakukan gerakan, kakinya yang pasif ("kaki gantung") menyentuh tanah.



Gambar 9. Lapangan Tes Lompat Jangkit
(Adi, 2008:55)

Kemudian Adi (2008:54) juga menambahkan bahwa jarak lompatan diukur dari batas lari hingga jejak kaki pertama pelompat dibak pasir.



**Gambar 10. Cara Pengukuran Tes Lompat Jangkit
(Adi, 2008:54)**

E. Teknik pengumpulan Data

Teknik Sesuai dengan jenis penelitian maka peneliti mempergunakan metode dalam memperoleh data dengan menggunakan:

1. Observasi

Observasi adalah dilakukan pada sebelum pembuatan proposal dan pada saat pelaksanaan penelitian. Observasi dilakukan dengan pengamatan langsung di lokasi penelitian

2. Kepustakaan

Perpustakaan merupakan cara pengumpulan data dengan menyunting teori-teori

pendukung dari buku literatur di perpustakaan.

3. Tes dan Pengukuran

Tes dan pengukuran dilakukan dengan menggunakan tes *standing broad jump* untuk mengukur *power* otot tungkai dan tes lompat jangkit untuk mengetahui jarak lompat jangkit siswa.

F. Teknik Analisis Data

Analisis Teknik analisis korelasi yang dipergunakan adalah Korelasi *Product moment* yang dikemukakan oleh Pearson dalam Riduwan (2005:138). Teknik ini termasuk teknik statistik parametrik yang menggunakan data interval dan rasio dengan persyaratan tertentu. Misalnya data dipilih secara acak (*random*) dan datanya berdistribusi normal, data yang dihubungkan berpola linier dan data yang dihubungkan mempunyai pasangan yang sama.

Rumus Pearson:

$$r_{xy} = \frac{n \sum X_i Y_i - (\sum X_i)(\sum Y_i)}{\sqrt{\{n \sum X_i^2 - (\sum X_i)^2\} \{n \sum Y_i^2 - (\sum Y_i)^2\}}}$$

Keterangan:

- r_{xy} = Angka Indeks Korelasi “r” Product moment
- n = Sampel
- $\sum XY$ = Jumlah hasil perkalian antara skor X dan skor Y
- $\sum X$ = Jumlah seluruh skor X
- $\sum Y$ = Jumlah seluruh skor Y

Untuk melihat besarnya kontribusi *power* otot tungkai terhadap hasil lompat jangkit siswa putera kelas X IPA SMA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi dengan melihat koefisien determinan dengan rumus:

$$KP = r^2 \times 100\%$$

Dimana:

KP : Nilai koefisien determinan

R : nilai koefisien korelasi

(Riduwan, 2005:125)

Untuk mengetahui interpretasi besarnya kontribusi *power* otot tungkai terhadap hasil lompat jangkit siswa putera kelas X IPA SMA N 1 Cerenti Kecamatan Cerenti Kabupaten Kuantan Singingi yaitu berpedoman pada pendapat Sugiyono (2010: 214).

Tabel 2. Kategori penilaian tingkat korelasi

Nilai	Kriteria
< 0,00-0,199	Sangat rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat kuat

(Sugiyono, 2010:214)