

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

1. Pendekatan

Pendekatan penelitian merupakan sebuah rancangan yang akan dilakukan, pendekatan dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2019: 13) penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Data yang bersifat kuantitatif berwujud angka-angka hasil perhitungan atau pengukuran diproses dengan cara dijumlah bandingkan dengan yang diharapkan dan diperoleh presentase.

2. Jenis

Jenis Penelitian Jenis penelitian dapat dibagi berdasarkan karakteristik fenomena maupun kelompoknya. Terdapat dua jenis penelitian yaitu deskriptif. Penelitian deskriptif menurut Sugiyono (2020:29) merupakan metode yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti berdasarkan data yang diperoleh. Penelitian dengan jenis deskriptif dapat menggunakan beberapa

metode seperti survei, observasi, wawancara maupun studi kasus. Penelitian deskriptif tidak menitikberatkan hubungan kausalitas melainkan memberikan kemungkinan kepada peneliti untuk mampu lebih luas mengkaji sebuah objek. Sedangkan penelitian eksperimental menurut Sugiyono (2020:72) merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Merupakan metode yang dimana peneliti memanipulasi variabel untuk sampai pada sebuah kesimpulan atau penemuan berdasarkan uji hipotesis sebagai fokus utama penelitian yang memungkinkan mampu menghubungkan kausalitas. Dalam penelitian eksperimental biasanya menggunakan metode eksperimen seperti eksperimen semu, studi subyek tunggal, studi korelasi dll.

B. Desain Penelitian

Desain dalam penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2019: 27) deskriptif kuantitatif adalah suatu metode yang bertujuan untuk membuat gambar atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif yang menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut serta penampilan dan hasilnya.

Penggunaan metode deskriptif kuantitatif dengan tujuan untuk dapat mengetahui passing bergerak terhadap ketepatan passing bawah bola voli bagi siswa tanpa melakukan pengujian hipotesis.

C. Variabel, Defenisi Konsep, Operasional,dan Indikator

Tabel 3. 1 Variabel, defenisi konsep, operasional, dan indikator.

No.	Variabel	Defenisi Konsep Operasional	Indikator
1	Passing bergerak dalam permainan bola voli	Mengirim bola dari satu pemain lain dalam tim menggunakan Teknik passing bawah sambil bergerak, dengan tujuan mempertahankan penguasaan bola dan mencari posisi yang lebih menguntungkan untuk menyerang.	Kemampuan pemain dalam menerapkan Teknik passing bawah dengan benar sesuai aturan bola saat bergerak.
2.	Teknik passing bergerak	Cara melakukan passing bawah saat bergerak,termasuk posisi tangan di depan tubuh,penggunaan lengan,dan Gerakan yang digunakan untuk mengirim bola ke bawah sambil tetap menjaga keseimbangan.	Keterampilan Teknis dalam melakukan passing bawah dengan benar dan akurat saat bergerak.

D. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di SMP NEGERI 10 KUPANG

2. Waktu

Waktu yang akan digunakan dalam pengambilan data ini yaitu 2 (dua) bulan

Tabel 3.2 Waktu penelitian

No	Kegiatan	Bulan 1				Bulan 2			
		1	2	3	4	1	2	3	4
1	Memperbaiki instrumen penelitian	√							
2	Mengurus surat izin penelitian	√							
3	Melakukan penelitian		√	√	√	√			
4	Mengelola data penelitian					√	√		
5	Mendapatkan hasil penelitian							√	
6	Mengurus surat selesai penelitian								√

E. Populasi, Sampel, dan Teknik *Sampling*

1. Populas

Populasi adalah keseluruhan dari subjek penelitian, Menurut Sugiyono (2017): populasi adalah wilayah penelitian yang memiliki semua objek atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang menjadi fokus penelitian. dalam hal ini, populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII 22 siswa smp yang mengikuti Pelajaran atau kegiatan ekstrakurikuler bola voli dan berlatih Teknik passing bawah.

2. Sampel

seluruh siswa 22 kelas VIII dijadikan sampel karena semua anggota populasi diikutsertakan.

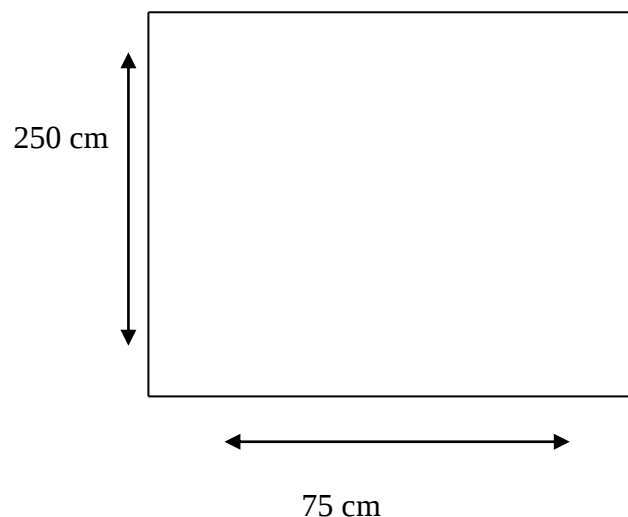
3. Teknik sampling

Menurut sugiyono (2010): Teknik pengumpulan data adalah prosedur yang digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan informasi yang diperlukan dalam rangka menjawab masalah penelitian. dalam penelitian ini, Teknik pengumpulan data dapat meliputi tes ketepatan passing bawah bola voli untuk mengukur hasil Latihan, serta observasi tentang bagaimana siswa melaksanakan Latihan passing.

F. Instrumen Penelitian

Prosedur pelaksanaan tes dengan ketentuan sebagai berikut:

- 1) Tembok/dinding yang rata
- 2) Keterangan gambar:
 - a) Lebar sasaran 75 cm, panjang tidak terbatas.
 - b) Tinggi sasaran dari lantai minimal 250 cm.



Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VIII / Ganjil
Materi Pembelajaran	: Teknik Dasar Passing Bawah Bola Voli (Metode: Passing Bergerak)
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktikan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk passing bergerak dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
Kompetensi Dasar	: 1.1. Mempraktikan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar dalam bentuk passing bergerak serta nilai-nilai kerja sama, kejujuran, sportivitas dan percaya diri.
Alokasi Waktu	: 2 x 40 menit

A. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat melakukan teknik dasar passing bawah dengan benar.
- Siswa dapat melakukan passing bawah sambil bergerak dengan tepat sasaran.
- Menunjukkan sikap sportif, percaya diri, dan kerja sama selama bermain.

B. Materi Pembelajaran

- Teknik dasar passing bawah bola voli.
- Metode pembelajaran bergerak: siswa berpasangan, melakukan passing sambil berpindah tempat (horizontal/diagonal).
- Prinsip akurasi passing: posisi tangan, lutut ditekuk, arah pandangan, dan sasaran passing.

C. Metode Pembelajaran

- Ilmiah
- Demonstrasi

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran.

No	Kegiatan	Aktivitas	Alokasi waktu
1	Pendahuluan	➤ Berbaris, Berdoa, Apsen, Apersepsi dan Pemanasan ➤ Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan Pembelajaran	10 Menit
2	Inti	1. Mengamati • Siswa mengamati gambar, video, peristiwa nyata, atau demonstrasi. 2. Menanya. • Siswa diajak mengajukan pertanyaan terkait apa yang diamati. 3. Mengumpulkan Data. • Siswa mencari informasi atau mencoba praktik tertentu (misalnya, mencoba teknik passing bawah). 4. Menalar. • Siswa menganalisis informasi dan mengaitkannya dengan pengetahuan yang dimiliki. 5. Mengkomunikasikan. • Siswa mempresentasikan hasil kerja, penemuan, atau praktik yang dilakukan.	60 menit
3	Penutup	➤ Pendinginan, Berbaris. ➤ Evaluasi proses pembelajaran. ➤ Apsen, Berdoa dan Bubar	10 Menit.

E. Sumber Belajar.

- a) Ruang terbuka.
- b) Bola voli.
- c) Tembok.
- d) Buku Referensi.

F. Penilaian.

1) Penilaian Psikomotor (Keterampilan Passing Bawah).

No	Aspek Dinilai	Skor 1	Skor 2	Skor 3	Skor 4	Skor 5	Skor 6
1	Posisi Badan						
2	Teknik Tangan						
3	Arah Bola						
4	Gerakan berpindah tempat						
5	Koordinasi gerakan tubuh						
6	Ketepatan Passing						

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian dengan rantang nilai antara 1 sampai 4.

$$Nilai = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100 =$$

Kategori Umum =

1-2 Tidak Terampil

3 Kurang Terampil

4-5 Cukup Terampil

6 Sangat Terampil

G. Teknik analisis data

Teknik Analisis Data: Data yang terkumpul akan dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan rata-rata ketepatan passing bawah sebelum dan setelah diberikan latihan. Selanjutnya, untuk mengetahui pengaruh latihan terhadap ketepatan passing, digunakan uji t (paired sample t-test) untuk menguji perbedaan antara nilai pre-test dan post-test dalam kelompok eksperimen.

Langkah-Langkah Analisis Data:

1. Pengumpulan Data:

- a. Data hasil tes passing bawah pada pre-test dan post-test untuk kedua kelompok (eksperimen dan kontrol).
- b. Uji Normalitas: Sebelum melakukan uji t, dilakukan uji normalitas pada data untuk memastikan bahwa distribusi data mengikuti distribusi normal. Uji normalitas dapat dilakukan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov atau Shapiro-Wilk.
- c. Uji Homogenitas Varians: Menggunakan uji Levene untuk memeriksa apakah kedua kelompok memiliki varians yang homogen sebelum melakukan uji t.
- d. Uji Paired Sample T-test:
Untuk menguji apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara pre-test dan post-test pada kelompok eksperimen, digunakan uji t berpasangan.

Rumus uji t berpasangan adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{d}{sd\sqrt{n}}$$

Hasil uji t akan dibandingkan dengan nilai kritis untuk menentukan apakah latihan passing bawah memiliki pengaruh signifikan terhadap ketepatan passing bawah bola voli pada siswa SMP.

Jika nilai p lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa latihan passing bawah berpengaruh signifikan terhadap peningkatan ketepatan passing bawah