

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode, Bentuk dan Rancangan Penelitian

1. Metode penelitian

Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan mengambil sampel dari suatu populasi dengan menggunakan angket/kuesioner, test, wawancara, observasi, dan dokumentasi. Menurut Sugiyono (2016:7) menyatakan penelitian kuantitatif adalah sebuah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positifisme, dan digunakan untuk meneliti populasi dan sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulandata menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik. Hamdi dan Bahruddin (2014:5) menyatakan penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang ditujukan untuk menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, yang berlangsung pada saat ini atau saat yang lampau. Metode penelitian deskriptif kuantitatif dipilih karena sesuai dengan substansi dan fokus penelitian dengan kajian tentang *Sport Development Index* aspek partisipasi dan kebugaran jasmani di Kecamatan Silat Hilir.

2. Bentuk penelitian

Bentuk penelitian ini menggunakan survei dengan penelitian survei didefinisikan sebagai proses melakukan penelitian dengan menggunakan survei yang peneliti kirimkan kepada responden survei. Data yang di kumpulkan dari survei kemudian dianalisis secara statistik untuk menarik kesimpulan penelitian.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh masyarakat di Kecamatan Silat Hilir Kabupaten Kapuas Hulu, meliputi 2 desa yaitu Desa Baru dan

Desa Perigi yang berusia diatas 7 tahun dan jumlah penduduk usia di atas 7 tahun di Kecamatan Silat Hilir 3453 jiwa.

Table 3.1 data jumlah penduduk populasi

NO	DESA	LAKI-LAKI	PEREMPUAN	JUMLAH
1	Desa baru	887	848	1735
2	Desa perigi	871	846	1717
	Jumlah	1758	1694	2452

Sumber : Kantor Kecamatan Silat Hilir

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 orang di Kecamatan Silat Hilir dengan difokuskan dari 2 desa yaitu Desa Baru dan Desa Perigi. Dengan kriteria 10 orang anak-anak (5 pria dan 5 wanita), 10 orang remaja (5 pria dan 5 wanita), dan 10 orang dewasa (5 pria dan 5 wanita). Anak-anak dikategorikan usia 7-14 tahun, remaja 15-24 tahun, dan dewasa 25-50 tahun agar dapat digeneralisasi untuk mengetahui *Sport Development Index* di Kecamatan Silat Hilir Kabupaten Kapuas Hulu menurut standar baku yang ditetapkan Kemenpora yang dirujuk Cholik (2014:76) Teknik Penarikan Sampel pada penelitian ini adalah metode pengumpulan data dengan menggunakan *Stratified Random Sampling*. *Stratified Random Sampling* diperlukan untuk menentukan jumlah partisipan yang akan diambil sampel data penelitian di Kecamatan Silat Hilir.

Sugiyono (2019; 183) *stratified random sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang digunakan untuk menentukan jumlah sampel, bila populasi berstrata tetapi kurang proporsional. Arikunto (2015:78) “Proportionate Stratified Random Sampling adalah pengambilan sampel dari anggota populasi secara acak dan berstrata secara proporsional.”. Berdasarkan kutipan di atas dapat dinyatakan bahwa stratified random sampling merupakan proses pengambilan sampel melalui proses pembagian populasi kedalam strata, memilih sampel acak sederhana dari setiap stratum, dan menggabungkannya ke dalam sebuah sampel untuk menaksir parameter populasinya

C. Teknik dan Alat Pengumpul Data

1. Teknik pengumpulan data

Data yang akan diambil dalam penelitian ini merupakan informasi tentang partisipasi dan kebugaran jasmani masyarakat Kecamatan Silat Hilir. Menurut Mutohir dan Maksum (2007:62) data SDI menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer dalam penelitian ini adalah partisipasi masyarakat, sedangkan data sekunder adalah tingkat kebugaran jasmani masyarakat. Menurut Sugiyono (2015:62) sumber data primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data, dan data sekunder adalah data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen. Penelitian ini menggunakan unit analisis area dan individu.

2. Alat Pengumpulan Data

Unit analisis area digunakan sebagai dasar pengumpulan data ruang terbuka dan SDM, sedangkan unit analisis individu digunakan sebagai dasar pengumpulan data partisipasi olahraga dan tingkat kebugaran. Maka dari pernyataan diatas teknik atau cara yang dilakukan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen sebagai berikut :

- a. Observasi, data yang akan dikumpulkan melalui observasi yaitu data sekunder yaitu tentang luas wilayah, jumlah penduduk, dan potensi keolahragaan sebagai data dan kontrol, sedangkan data primer yaitu data tentang ruang terbuka.
- b. Interview/wawancara, digunakan untuk menemukan informasi dari narasumber yang kredibel sebagai data penguat dari data yang diobservasi sumber data dalam penilaian ini diperoleh dari sumber atau informan yaitu dari pemerintah yang terkait seperti kecamatan dan kelurahan terkait serta sumber data lain yang dianggap memungkinkan.
- c. Angket, untuk menemukan data dari tingkat partisipasi masyarakat dalam berolahraga.

- d. Tes, digunakan untuk mengetahui dan mengukur tingkat kebugaran jasmani masyarakat di Kecamatan Silat Hilir.
- e. Dokumentasi, digunakan untuk mengabadikan dan mencatat peristiwa yang sudah berlaku pada saat pengambilan data.

Kelima teknik yang digunakan untuk pengumpulan data mempunyai instrumen masing-masing. Instrumen pengumpulan data tersebut akan diperkuat dengan hasil wawancara yang di tujukan kepada beberapa para narasumber yang dapat dipercaya sehingga menjadikan informasi tambahan. Alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data memiliki validitas yang tinggi karena alat ukur yang digunakan merupakan standar yang telah dipatenkan dan menjadi tolok ukur dalam *Sport Development Index* (SDI) yang tercantum dalam kuesioner versi SDI tahun 2007 SDI KK-OR 2006 (Mutohir dan Maksum, 2007:171-183).

D. Uji Keabsahan Instrumen

Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data agar memperoleh hasil yaitu dengan angket yang sudah baku untuk mengukur tingkat partisipasi masyarakat dalam berolahraga adopsi dari Mutohir dan Maksum, formulir tes *Multistage Fitness Test* (MFT), dan dokumentasi. Data diperoleh dari penduduk usia 7 tahun ke atas di Kecamatan Silat Hilir, meliputi partisipasi dan kebugaranjasmani masyarakat di Kecamatan Silat Hilir.

Tabel 3.2.
Pedoman Wawancara

Aspek	Indikator
Penduduk	1. Jumlah Keseluruhan Pendudukan 2. Jumlah Penduduk Usia 7 Tahun keatas.

Pedoman wawancara pada tabel 1 bertujuan guna mengetahui jumlah keseluruhan penduduk dan jumlah penduduk dengan usia 7 tahun ke atas di Kota Magelang dalam menjadikan populasi. Selain itu juga untuk menentukan tingkat partisipasi dan kebugaran jasmani ditinjau melalui hitungan *Sport Development Index*.

Tabel 3.3.
Kisi-kisi Angket Partisipasi

No	Pertanyaan Partisipasi
1.	Apakah dalam satu minggu terakhir ini, anda melakukan kegiatan olahraga? Jika anda menjawab YA, Lanjutkan ke nomor 2 Jika anda menjawab TIDAK, lanjutkan ke nomor 9
2.	Sudah berapa lama anda melakukan kegiatan olahraga?
3.	Berapa kali anda berolahraga dalam seminggu?
4.	Berapa waktu rata-rata anda gunakan setiap kali berolahraga?
5.	Dalam berolahraga, jenis olahraga (cabang olahraga) apa yang sering anda lakukan?
6.	Apakah tujuan utama anda berolahraga?
7.	Melalui jalur apa anda berolahraga?
8.	Pernahkah anda merasa malas untuk berolahraga? Jika anda menjawab PERNAH, lanjutkan ke nomor 9 Jika anda menjawab Tidak pernah, lanjutkan ke nomor 10
9.	Mengapa anda tidak melakukan kegiatan olahraga?
10	Menurut anda, bagaimana fasilitas olahraga di daerah anda sekarang?

Sumber: (Mutohir dan Maksum, 2007:176-177)

Dalam penelitian ini alat ukur yang digunakan agar data yang diambil memiliki tingkat validitas yang tinggi karena alat ukur tersebut mengadopsi dari standar pengukuran yang telah dipatenkan dan menjadi tolok ukur dalam *Sport Development Index* (SDI) yang tercantum dalam kuesioner versi SDI tahun 2007 SDIKK-OR 2006 yang dilengkapi dengan form tes MFT untuk tes kebugaran jasmani (Mutohir & Maksum, 2007:171-183).

E. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian ini menggunakan beberapa tahapan mulai dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap pengukuran 2 indikator Sport Development Index yaitu partisipasi dan kebugaran jasmani, dengan penjelasan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan dimulai dari proses mengajukan permohonan izin ke Fakultas melalui Program studi Pendidikan Jasmani Program Sarjana, setelah izin keluar koordinasi dan konfirmasi izin penelitian ke Kantor Kecamatan Silat Hilir izin resmi dari instansi tersebut sudah keluar dilanjutkan untuk mendapatkan perizinan melakukan penelitian di lingkungan masyarakat. Memberikan informasi tata tertib berkaitan dengan pelaksanaan tes kebugaran jasmani agar lebih maksimal sebelum pelaksanaan tes (minimal 1 hari sebelum pelaksanaan) ke peserta yang dipilih.

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan penelitian dimulai dari pengumpulan data dari kelompok sampel pada anak sekolah dasar, anak sekolah menengah pertama, dan anak sekolah menengah atas yaitu anak-anak usia 7-14 tahun berjumlah 10 orang, remaja usia 15-24 tahun berjumlah 10 orang, dan dewasa 25-40 tahun berjumlah 10 orang, dengan masing-masing kelompok umur terdiri dari 5 orang pria dan 5 orang wanita. Waktu dan tempat pelaksanaan penelitian terbagi di beberapa tempat dan waktu yang dipilih untuk penelitian pada setiap hari Jumat, Sabtu dan Minggu. Tahap pertama penelitian berpusat di Kecamatan Silat Hilir pada minggu ke-3 di bulan Mei 2023. Tahap kedua penelitian berpusat di wilayah Kecamatan Silat Hilir pada minggu ke-4 bulan Mei 2023. Tahap ketiga penelitian berpusat di wilayah Kecamatan Silat Hilir pada minggu ke-4 bulan Juni 2023.

Setelah penjarangan berdasarkan usia, diberikan penyebaran angket ke peserta untuk melihat tingkat partisipasi masyarakat. Angket yang digunakan adopsi dari angket *sport development index* sumber dari Mutohir dan Maksum, (2007). Kemudian setelah melakukan pengisian angket partisipasi masyarakat dalam berolahraga dilanjutkan dengan tes kebugaran jasmani menggunakan tes MFT pada masing-masing klasifikasi usia yang telah dikelompokkan dengan terlebih dahulu diperikan kesempatan untuk

melakukan pemanasan terlebih dahulu, pengecekan peralatan, pengeras suara, form MFT, pengecekan lintasan yang digunakan untuk lari tes Multi Fitness Test (MFT) dan pemberian batasan untuk balikan jarak 20 meter.

3. Tahap Akhir

Setelah pengambilan data dari hasil pengisian angket tingkat partisipasi masyarakat dalam berolahraga, dan tes kebugaran jasmani kemudian dilanjutkan dengan merekap dan menganalisis hasil data yang diperoleh dari hasil penelitian pada masing-masing peserta disesuaikan dengan klasifikasi usia dan norma yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada norma Sport Development Index (SDI).

F. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data berupa pendekatan kuantitatif dengan menggunakan analisis *Sport Development Index* (SDI) dari dimensi partisipasi dan kebugaran jasmani. Untuk menghitung indeks partisipasi diperlukan jumlah responden yang melakukan aktivitas dan kegiatan olahraga 3 kali dalam satu minggu dan jumlah sampel responden yang diambil. Dan untuk menghitung indeks kebugaran jasmani dengan cara melakukan tes MFT (*Multistage Fitness Test*). Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$\text{Indeks} = \frac{\text{Nilai Aktual} - \text{Nilai Minimum}}{\text{Nilai Maksimum} - \text{Nilai Minimum}}$$

Rumus untuk mencari nilai indeks partisipasi dan kebugaran jasmani adalah sama, namun ada sedikit perbedaan yang terletak pada nilai aktual, nilai maksimum, dan minimum untuk setiap dimensi *Sport Development Index* dengan patokan sebagai berikut:

$$\text{Nilai Aktual} = \frac{\text{Luas RTO}}{\text{Jumlah penduduk usia} \geq 7 \text{ tahun}}$$

Tabel 3.4. Nilai Aktual 2 Dimensi SDI

No.	Nilai Aktual	Nilai Maksimum	Nilai Minimum
1	Nilai Partisipasi Olahraga	100	0
2	Nilai Kebugaran Jasmani	40,5	20,1

Sumber: Cholik, M. Toho dan Maksum, Ali. 2007.

Tahap terakhir yaitu menentukan norma *Sport Development Index* (SDI) dari nilai indeks yang didapat dari nilai rata-rata partisipasi dan kebugaran jasmani di Kecamatan Silat Hilir.

Tabel 3.5. Norma Index SDI

Angka Index	Norma/Kategori
0,800 – 1,000	Tinggi
0,500 – 0,799	Sedang/Menengah
0,000 – 0,499	Rendah

Sumber: Cholik, M. Toho dan Maksum, Ali. 2007.