BAB III
METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, yaitu penelitian yang semata-mata bertujuan mengetahui keadaan objek atau peristiwa tanpa suatu maksud untuk mengambil kesimpulan-kesimpulan yang berlaku secara umum (Suharsimi Arikunto, 2006: 47). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei, sedangkan pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Metode survei adalah penyelidikan yang diadakan untuk memperoleh fakta-fakta dari gejala-gejala yang ada dan mencari kekurangan-kekurangan secara faktual (Suharsimi Arikunto, 2006: 56). Penelitian ini mengenai kemampuan renang gaya *crawl* dilihat dari kemampuan siswa kelas X SMA Negeri 1 Nguter untuk menempuh jarak 25 meter, artinya dalam penelitian ini peneliti hanya ingin menggambarkan tingkat kemampuan renang gaya *crawl* dilihat dari kemampuan siswa kelas X SMA Negeri 1 Nguter untuk menempuh jarak 25 meter pada saat penelitian berlangsung tanpa pengujian hipotesis.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel adalah segala yang akan menjadi objek penelitian atau apa saja yang menjadi titik perhatian dari suatu penelitian (Suharsimi Arikunto 2006: 96). Variabel dalam penelitian ini adalah kemampuan renang gaya *crawl* di lihat dari kemampuan siswa kelas X SMA Negeri 1 Nguter untuk menempuh jarak 25 meter. Secara operasional, definisinya yaitu kemampuan siswa untuk melakukan gerakan renang dari *start* tanpa berhenti menuju *finish* dengan jarak 25 meter

yang diukur dengan kecepatan waktu tempuh dalam satuan detik dan yang tidak mampu melakukan renang gaya *crawl* dengan jarak tempuh 25 meter diukur dalam satuan meter semampu siswa. Jarak 25 meter adalah jarak renang lintasan terpendek yang diakui oleh Persatuan Renang Seluruh Indonesia (PRSI) yang juga diperlombakan pada tingkat pelajar. Renang jarak 25 meter merupakan jarak untuk kejuaraan terpendek yang disahkan oleh (*Federal Internationale De Natation*) yang disingkat FINA sejak tahun 2006

C. Subyek Penelitian

Menurut Sugiyono (2007: 55), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek/objek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 1 Nguter yang berjumlah 178 siswa dari kelas X 1 sampai X 5.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Suharsimi Arikunto, 2006: 109). Menurut Sugiyono (2007: 56) sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 178 siswa, dengan rincian siswa putra berjumlah 73 siswa dan siswa putri berjumlah 105 siswa.

Penelitian ini semua populasi yaitu siswa kelas X SMA Negeri 1 Nguter akan dijadikan sebagai sampel penelitian.

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data (Suharsimi Arikunto, 2006: 136). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes renang gaya *crawl* dengan jarak tempuh 25 meter Tes renang gaya crawl diukur dengan melakukan renang 25 meter gaya *crawl* di kolam renang sepanjang 25 meter. Waktu renang diukur dengan menggunakan *stopwatch* dengan satuan detik. *Stopwatch* yang digunakan merupakan alat ukur waktu bermerek *Sewan* dengan ketelitian 0,01 sekon (detik), yang terkalibrasi (sertifikat kalibrasi terlampir). Tes renang dilakukan sepanjang 25 meter, tes ini dilakukan karena disesuaikan dengan panjang kolam yang biasa digunakan dalam proses pembelajaran. Cara yang dilakukan adalah:

a. Siswa melakukan start setelah tanda peluit berbunyi dan berhenti setelah menyentuh *finish*.
b. Pengukur waktu berada pada garis finish, untuk mencatat waktu tempuh siswa.
c. Hasil waktu tempuh siswa dicatat dalam satuan detik.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Sugiyono, 2007: 308). Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah tes dan pengukuran. Penelitian diawali dengan memberikan pemanasan kepada testi untuk mengurangi resiko cedera saat melakukan tes. Sebelumnya peneliti memberikan petunjuk yang harus dilakukan oleh testi agar

tidak terjadi kesalahan saat melakukan tes. Tes dilakukan sebanyak 2 kali dan hanya diambil nilai atau hasil yang terbaik saja.

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik deskriptif dengan persentase. Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendiskripsikan atau memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2007: 221). Untuk memudahkan dalam mendistribusikan data digunakan skor baku (T skor) dengan penilaian 5 kategori. Menurut Anas Sudijono, (2009: 186) penilaian dengan 5 kategori adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Penilaian

Rentang Skor	Kategori
$X \leq M - 1{,}5\ SD$	Sangat Baik
$M - 1{,}5\ SD < X \leq M - 0{,}5\ SD$	Baik
$M - 0{,}5\ SD < X \leq M + 0{,}5\ SD$	Cukup
$M + 0{,}5\ SD < X \leq M + 1{,}5\ SD$	Kurang
$X > M + 1{,}5\ SD$	Sangat Kurang

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *standar deviasi*

(Sumber: Anas Sudijono, 2009: 186)

Setelah data diperoleh, langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Analisis data yang digunakan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 245) rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:
P = Persentase yang dicari
F = frekuensi
N = jumlah responden