

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **3.1 Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Menurut Moleong, (2013) mendefinisikan penelitian kualitatif sebagai penelitian yang dimaksudkan untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain secara holistik dan dengan cara deskriptif dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Sugiyono, (2016) menyatakan bahwa metode deskriptif kualitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk meneliti kondisi objek peneliti sebagai instrument kunci. Untuk teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi, analisis data bersifat induktif atau kualitatif, dan untuk hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi. Penelitian deskriptif kualitatif ini sendiri mempunyai tujuan untuk menggambarkan, menerangkan melukiskan, menjelaskan, dan juga untuk menjawab secara lebih rinci permasalahan yang akan diteliti dengan mempelajari semaksimal mungkin seorang individu, suatu kelompok maupun suatu kejadian. Dalam penelitian kualitatif, manusia adalah instrumen penelitian. Kemudian hasil penelitiannya berupa narasi atau pernyataan yang sesuai dengan keadaan sebenarnya.

### **3.2 Tempat Dan Waktu Penelitian**

Penelitian dilakukan di kolam renang Sri Lestari terletak di Jl. Gapura, Kec. Kotabumi, Kabupaten. Lampung Utara, Lampung, 34514. Waktu pelaksanaan penelitian dilaksanakan pada mahasiswa pendidikan jasmani semester 3 angkatan 2023 berjumlah 16 orang.

### **3.3 Sumber Data**

Sumber data yang akan diteliti pada penelitian ini yang digunakan oleh peneliti adalah jenis data primer dan jenis data sekunder.

#### **3.3.1 Data Primer**

Menurut Sugiyono (2016), data primer merupakan sumber data yang langsung memberikan pengumpul data. Peneliti mendapatkan data yang diamati secara langsung dengan menggunakan instrumen penelitian yang telah ditetapkan oleh peneliti. Data primer penelitian ini akan dikumpulkan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan peneliti. Jawaban data primer pada penelitian ini nantinya akan didapatkan dari hasil wawancara dengan dosen mata kuliah akuatik dan mahasiswa pendidikan jasmani Universitas Muhammadiyah Kotabumi.

#### **3.3.2 Data Sekunder**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan data sekunder untuk memperoleh data. Sugiyono (2016) menyatakan bahwa data sekunder yang berarti sebuah data yang didapat dari sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, seperti contoh data didapat oleh peneliti dari

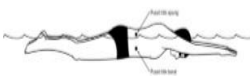

orang lain atau dari sebuah dokumentasi. Selain itu, data sekunder bisa didapatkan secara tidak langsung yang berhubungan dengan keterampilan renang gaya bebas mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kotabumi.



### **3.4 Instrument Penelitian**

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan dalam sebuah penelitian untuk mengukur dan pengumpulan data. Sugiyono (2018) berpendapat, bahwa instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati oleh peneliti itu sendiri.

Instrumen ini berfungsi menetapkan fokus penelitian, memilih informan terhadap dosen mata kuliah renang akuatik dan mahasiswa sebagai sumber data , melakukan pengumpulan data, menilai kualitas data, menafsirkan data dan membuat kesimpulan atas semuanya. Dalam penelitian kualitatif instrumen utamanya adalah peneliti itu sendiri. Sehingga kemungkinan akan dikembangkan instrumen penelitian sederhana, yang diharapkan dapat melengkapi data dan membandingkan data yang telah ditemukan melalui observasi,wawancara, dan dokumentasi. Berikut instrumen tes kemampuan gerak dasar renang gaya *crawl*.

**TABEL 1**  
**DRAF AWAL RUBRIK TES RENANG GAYA BEBAS**

No	Gambar	Indikator	Keterangan	Nilai			
				1	2	3	4
1.		Sikap awal	<p><b>A. Posisi tubuh saat meluncur.</b></p> <p>1. Kedua lengan lurus kedepan.</p> <p>2. Menelungkup dan <i>streamline</i> yaitu sedatar mungkin dengan permukaanair.</p> <p>3. Posisi kepala normal menghadap ke depan bawah serta membelah permukaanair.</p>				
2.		Pelaksanaan	<p><b>B. Gerakan Tungkai</b></p> <p>1. Tungkai digerakan keatas dan kebawah secara bergantian.</p> <p>2. Posisi kaki lurus runcing dan telapak kaki menghadap kepermukaan air, lutut lurus saat bergerak keatas.</p> <p>3. Gerakan berporos pada pangkal paha seperti layaknyaorang berjalan.</p>				

3.		Pelaksanaan	<p><b>C. Gerakan lengan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lengan diputar kearah depan tangan diruncingkan.</li> <li>2. Gerakan masuk kedalam air dengan ibu jari terlebih dahulu tepat disebelah kepala perenang.</li> <li>3. Siku ditekuk saat gerakan menarik, mendorong dari arah depan kearah belakang sampai lengan lurus di samping badan.</li> </ol>				
4.		Pelaksanaan	<p><b>D. Pernapasan.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kepala diputar dengan sumbu ke kiri atau ke kanan sehingga sebagian kepala keluar kepermukaan air atau tidak diangkat.</li> <li>2. Membuka mulut untuk mengambil udara salah satu siku berada diatas permukaan air saat pengambilannafas.</li> </ol>				

(Gambar: Subagyo, 2018)

Aspek penilaian:

### 3.4.1 Posisi tubuh

Nilai 1: Posisi tubuh tidak *streamline* atau sejajar dengan permukaan air, kepala mendongak keatas dan berada diatas permukaan air.

Nilai 2: Posisi tubuh pada bagian tungkai sedikit turun, bagian kepala tidak berada di atas permukaan air.

Nilai 3: Posisi tubuh *streamline* atau sejajar dengan permukaan air, posisi kepala berada di atas permukaan air.

Nilai 4: Posisi tubuh *streamline* atau sejajar dengan permukaan air, posisi kepala menghadap ke depan bawah dan membelah permukaan air.

### **3.4.2 Gerakan tungkai**

Nilai 1: Gerakan tungkai tidak keatas dan kebawah, posisi kaki menghadap kelantai, lutut ditekuk.

Nilai 2: Gerakan tungkai tidak keatas dan kebawah, kaki lurus runcing, lutut ditekuk.

Nilai 3: Gerakan tungkai keatas dan kebawah, posisi kaki lurus runcing, lutut ditekuk.

Nilai 4: Gerakan tungkai keatas dan kebawah, posisi kaki lurus runcing, lutut lurus mengikuti alur poros gerakan.

### **3.4.3 Gerakan lengan**

Nilai 1: Gerakan masuk kedalam air tidak menggunakan jari-jari, siku tidak ditekuk saat fase menarik, arah dorongan salah.

Nilai 2: Gerakan masuk kedalam air menggunakan jari-jari, siku tidak ditekuk saat fase menarik, arah dorongan salah.

Nilai 3: Gerakan masuk kedalam air menggunakan jari-jari, siku ditekuk saat fase menarik, arah dorongan salah.

Nilai 4: Gerakan masuk kedalam air menggunakan jari-jari, siku ditekuk saat fase menarik, arah dorongan benar dari arah depan ke belakang di ikuti pelurusan lengan di samping badan.

#### 3.4.4 Pernapasan

Nilai 1: Mengangkat kepala sepenuhnya atau kepala keluar dari permukaan air, tidak membuka mulut.

Nilai 2: Mengangkat kepala keatas atau semua bagian kepala keluar dari permukaan air, membuka mulut.

Nilai 3: Memutar kepala dengan (kearah kiri ataukanan), tidak ada bagaian kepala yang membelah permukaan air, membuka mulut.

Nilai 4: Memutar kepala dengan (kearah kiri atau kanan), satu telinga membelah permukaan air, membuka mulut.

Berikut Tabel kisi-kisi yang digunakan oleh penelitian ini ialah :

**TABEL 2**  
**KISI-KISI PENELITIAN RENANG GAYA BEBAS**

No	Variabel Konsep	Sub Psikomotor	Indikator
	Gerak Meluncur Saat Melakukan Renang Gaya Bebas	Posisi Tubuh	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi tubuh sejajar dengan permukaan air.</li> <li>2. Posisi kepala sejajar dengan permukaan air.</li> <li>3. Posisi wajah menghadap ke dasar kolam.</li> <li>4. Tiupkan udara saat meluncur.</li> </ol>
	Gerak Kaki Saat Melakukan Meluncur Renang Gaya Bebas	Kaki	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi satu kaki berada di lantai.</li> <li>2. Posisi kaki satunya berada di dinding kolam.</li> <li>3. Tolak kaki yang berada di</li> </ol>

			<p>dinging kolam.</p> <p>4. Posisi kaki lurus saat menolak dan saat meluncur.</p>
	Gerak Lengan Saat Meluncur Melakukan Renang Gaya Bebas	Lengan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi kedua lengan diluruskan sejajar dengan kepala.</li> <li>2. Posisi kedua lengan menjepit telinga.</li> <li>3. Kedua sikulengan tidak dibengkokkan.</li> <li>4. Saat meluncur posisi tangan tetap lurus disamping telinga.</li> </ol>
	Gerakan Posisi Kepala Dan Tubuh Saat Melakukan Gerak Meluncur Renang Gaya Bebas	Posisi Tubuh	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi dahi dan telinga jangan sampai berada diatas permukaan air.</li> <li>2. Posisi punggung dan pantat sedikit berada diatas permukaan air.</li> </ol>
	Gerak Tungkai Kaki Saat Melakukan Renang Gaya Bebas	Gerakan Tungkai Kaki	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tungkai digerakan dari pangkal paha.</li> <li>2. Lutut dan pergerakan kaki melentur.</li> <li>3. Ujung kaki lurus.</li> <li>4. Dua atau empat gerakan tungkai tiap dua gerakan lengan.</li> </ol>
	Pengambilan Pernapasan Saat Melakukan Renang Gaya Bebas	Pernapasan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengambilan napas dilakukan melalui mulut dengan cara memiringkan kepala ke kanan atau ke kiri dimulai setelah akhir dari gerakan tangan menarik.</li> <li>2. Pengambilan napas saat diatas permukaan air lalu kepala masuk kedalam permukaan air.</li> </ol>
	Gerakan Dorongan <i>Pull</i> , <i>Push</i> , <i>Recovery</i> , Saat Melakukan Renang Gaya Bebas	Lengan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gerakan menarik (<i>pull</i>). Dari posisi lurus ke depan, lengan ditarik silang dibawah dada dengan siku dibengkokkan.</li> <li>2. Gerakan mendorong (<i>push</i>). Setelah siku mencapai</li> </ol>

			<p>bidang vertikal bahu, dilanjutkan dengan mendorong sampai lengan lurus ke belakang.</p> <p>3. Istirahat (<i>recovery</i>). Setelah gerakan mendorong selesai dan tangan lurus ke belakang dilanjutkan dengan mengangkat siku keluar dari air diikuti dengan lengan bawah dan jari-jari secara rileks digeser ke depan permukaan air kemudian jari-jari dimasukkan ke dalam air.</p>
--	--	--	--

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik yang meliputi sebagai berikut :

#### 3.5.1 Observasi

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan observasi sebagai teknik pengumpulan data yang pertama. Sugiyono (2016) berpendapat bahwa observasi ialah merupakan teknik pengolahan data yang memiliki ciri spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain. Proses pelaksanaan pengumpulan data, observasi ini dibedakan menjadi partisipan dan non-partisipan.

Dalam hal ini observasi yang peneliti lakukan pada penelitian ini ialah observasi non-partisipan. Peneliti mengamati dan mencatat hal-hal yang berkaitan dengan penelitian. Observasi yang dilakukan yaitu pada proses pembelajaran mata kuliah berenang pada mahasiswa pendidikan jasmani Universitas Muhammadiyah Kotabumi.

### 3.5.2 Wawancara

Setelah melakukan observasi, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang kedua dengan teknik wawancara. Sugiyono (2016) berpendapat bahwa wawancara adalah kegiatan yang merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab. Wawancara menjadi teknik pengumpulan data yang bertujuan untuk mencari informasi dari orang yang berkepentingan atau orang yang akan diteliti.

Teknik wawancara sendiri dilakukan dengan cara tanya jawab kepada dosen pengampu matakuliah akuatik dan mahasiswa pendidikan jasmani Universitas Muhammadiyah Kotabumi. Wawancara dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan data atau informasi secara mendalam terkait teknik dasar keterampilan renang gaya bebas dengan mengumpulkan sumber data yang didapat berupa tulisan, dan dokumentasi.

### 3.5.3 Dokumentasi

Dalam penelitian ini, peneliti ingin data yang diperoleh valid dan kuat sehingga peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dengan dokumentasi. Sugiyono (2013) mengemukakan bahwa dokumentasi ialah sebuah catatan peristiwa atau kejadian yang sudah terjadi. Dokumentasi sendiri bisa didapatkan dalam bentuk gambar, tulisan, maupun dari sebuah karya *monumental* dari seseorang. Bisa juga dokumentasi yang berbentuk tulisan, seperti halnya catatan harian, biografi, dan lain sebagainya. Adapun dokumentasi yang berbentuk karya seperti karya seni yang berbentuk gambar atau bahkan patung, dan lain sebagainya.

Dokumentasi menjadi teknik pengumpulan data pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif. Dokumentasi yang digunakan pada peneliti dengan mengambil gambar berupa foto, dan merekam hasil wawancara dengan informan yaitu terhadap mahasiswa pendidikan jasmani Universitas Muhammadiyah Kotabumi.

#### **3.5.4 Triangulasi**

Tahapan teknik triangulasi ini digunakan untuk mengecek kebenaran data dan informasi yang telah diperoleh peneliti dari berbagai sudut pandang yang berbeda. Sugiyono (2016) mengemukakan bahwa triangulasi adalah teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan berbagai macam teknik pengumpulan data dan juga sumber data yang telah didapati. Tujuan dari teknik triangulasi ini adalah untuk mencari peningkatan pemahaman pada peneliti terhadap apa yang telah ditemui.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan suatu macam triangulasi. Menurut Sugiyono (2016), triangulasi sumber merupakan data yang didapatkan dari sumber yang berbeda namun dengan masih teknik yang sama. Kemudian, data dikatakan absah saat data yang diperoleh terdapat konsistensi antara informasi yang diberikan oleh informan satu dengan informan lainnya.

#### **3.5.5 Informan**

Informan untuk di penelitian ini ialah orang yang benar-benar tau dan menguasai masalah yang difokuskan, dan juga yang terlibat langsung dengan penelitian. Menggunakan metode penelitian kualitatif sangat erat kaitannya dengan faktor-faktor kontekstual, yang berarti sampling disaring sebanyak

mungkin informasi dari berbagai sumber. Informan sendiri ditetapkan bertujuan untuk menggali informasi yang menjadi dasar dan rancangan teori yang dibangun. Penelitian kualitatif mempersoalkan tepat tidaknya pemilihan informan kunci. Sehingga informan yang digunakan dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dan *snowball sampling*.

Pada penelitian ini guna untuk memberikan data yang memuaskan, peneliti menggunakan informan melalui dosen yang bersangkutan pada mata kuliah renang dan mahasiswa pendidikan jasmani Universitas Muhammadiyah Kotabumi yang akan diteliti.

### **3.6 Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data adalah teknik yang memproses pengolahan data dan informasi yang telah didapat oleh peneliti selama waktu penelitian untuk mendapatkan hasil dari penelitian tersebut. Sugiyono (2016) berpendapat bahwa teknik analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan untuk menganalisis yang dilakukan secara interaktif dan juga yang berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, yang kemudian membuat data yang didapati sudah sangat jelas dan lengkap. Aktivitas didalam analisis data yaitu: *Data Reducation* (Redaksi Data), *Data Display* (Penyajian Data), *Conclusion Drawing/Verification*.

#### **3.6.1 Data Reducation (Redaksi Data)**

Data ini merupakan proses mereduksi data atau merangkum dan memilih hal-hal yang penting. Menurut Sugiyono (2016), mereduksi data sangat penting untuk dilakukan karena data yang didapat dari lapangan jumlahnya cukup banyak, untuk itu perlu untuk dicatat secara teliti dan rinci. Mereduksi data

adalah kegiatan merangkum, memilih dan memfokuskan pada hal penting. Hal ini membuat data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang jelas dan dapat membantu juga mempermudah penelitian untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya. Reduksi data dibantu juga dengan alat-alat elektronik seperti handphone, kamera, dengan memberikan aspek tertentu.

### **3.6.2 Data Display (Penyajian Data)**

Pada penelitian kualitatif untuk penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk penyajian dengan menggunakan grafik, tabel, *pie chart*, dan lain sebagainya. Dengan penyajian data tersebut, akan membuat data akan *terorganisikan*, tersusun dalam pola hubungan, dan akan semakin mudah untuk dipahami. Namun, kemungkinan yang sering digunakan pada penyajian data dalam penelitian kualitatif adalah data tabel yang bersifat naratif.

### **3.6.3 Conclusion Drawing/Verification**

Langkah ketiga atau terakhir pada analisis data kualitatif ialah membuat atau menarik kesimpulan atau juga verifikasi. Adapun kesimpulan awal yang masih bersifat sementara, dan kemudian bisa berubah bilamana tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat dan yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya.

Dengan demikian kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin tidak, karena dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah peneliti berada di lapangan.

Menurut Sugiyono (2016), kesimpulan penelitian kualitatif yang memiliki arti bahwa itu adalah temuan dari peneliti yang bersifat baru atau yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan itu bisa aja berupa deskripsi atau bisa juga berupa gambaran suatu objek yang sebelumnya masih belum jelas sehingga setelah diteliti temuan tersebut menjadi jelas, dapat berupa hubungan kasual, atau intraktif, hipotesis maupun teori.