

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian hubungan yoga anak dengan konsentrasi belajar anak menggunakan metode *Quisi experiment* metode penelitian kuisi eksperimen atau biasa disebut eksperimen semu ialah penelitian yang hampir sama dengan eksperimen. Metode *one group pretest-posttest design* ini terdiri dari satu kelompok yang telah ditentukan. Dilakukan tes sebanyak dua kali, yaitu sebelum diberi perlakuan dan sesudah diberi. Dalam penelitian ini menggunakan *One Group Pretest-Posttest Design* (Sugiyono 2010)

Metode penelitian kuantitatif, pada metode kuantitatif merupakan metode penelitian yang sudah di rencanakan dengan system, susunan dan sudah jelas disiapkan dengan peneliti.

#### **B. Lokasi Penelitian**

##### **1. Lokasi penelitian**

Tempat di sekolah SD N 4 Marga tiga yang dilakukan pada jam 08.00-08.45 WIB.

##### **2. Waktu penelitian**

Penelitian dilakukan pada tanggal 27 Desember 2021- 17 januari 2022 dilakukan setiap 1 minggu 2 kali selama 3 minggu.

#### **C. Subjek penelitian**

##### **1. Populasi**

Populasi berjumlah 21 siswa kelas V di SD N 4 Marga Tiga

##### **2. Sampel**

Sampel dalam penelitian merupakan siswa kelas V SD N 4 Marga Tiga yang berjumlah 21 siswa. Dalam melakukan sampling peneliti menggunakan teknik total sampling.

#### **D. Definisi oprasional**

Definisi oprasional merupakan definisi untuk mengamati karateristik yang memungkinkan peneliti melakukan observasi dengan cermat terhadap objek (Nursalam, 2016).

Tebel 3.1 definisi oprasional

Variable	Definisi oprasional	Parameter	Alat ukur	Skala	Skor
Variabel independen : Yoga anak	Merupakan alternative guna bisa menaikkan konsentrasi melalui cara peregangan dalam yoga. Yoga dilakukan selama 3 minggu setiap minggu pertemuan 2 kali dengan lama durasi 30 menit. (Pratiwi, 2018)	Melakukan dengan SOP	SOP	-	-
Variable dependen : Konsentrasi belajar	Konsentrasi belajar dapat diketahui melalui setelah dan sebelum diberi perlakuan	Konsentrasi belajar dilihat dari hasil skor	Angket Konsentra si belajar anak	Numeric	-

## E. Variabel Penelitian

Variable merupakan pmelakukan penilaian pada perlakuan yang diberikan pada manusia dan bisa dilakukan penjumlahan (Nursalam, 2013). Variabel yang digunakan yaitu :

### 1. Variabel independen (Bebas)

Variable independen adalah variable bisa mempengaruhi variable lainnya (Nursalam, 2016) dalam penelitian ini adalah yoga anak

### 2. Variabel dependen (Terikat)

Variable dependen adalah variable dapat dipengaruhi dengan variable lainnya (Nursalam, 2016) dalam penelitian ini merupakan konsentrasi belajar

## F. Pengumpulan Data

### a. Peralatan peneliti

Peralatan yang disiapkan yaitu alas karpet dan *speaker*

### b. Instrument penelitian

Instrument penelitian ialah bahan yang berfungsi untuk membantu peneliti dalam mengumpulkan data (sujarweni, 2014). Instrumen yang dipakai oleh penelitian anget/kuesioner yang menggunakan skala numeric yang tersedia 4 jawaban, dan yoga memakai SOP yang diperoleh dari buku Susannah Hoffman (2018)

Table 3.3 kisi-kisi angket

No.	Indikator	No. pertanyaan	Jumlah
1.	Konsentrasi anak saat belajar	1-3	3
2.	Keaktifan bertanya dalam kelas	4-6	3
3.	Komunikasi dengan guru dan teman-teman	7-10	3
4.	Emosional terhadap teman-teman	11-12	2
5.	Ketepatan waktu	13-15	3
Total			15

## G. Uji validitas dan reliabilitas

Menurut nursalim (2016) uji validitas adalah pengukuran atau pengamatan yang berarti prinsip keandalan instrument dalam mengumpulkan data. Instrumen harus dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Pengujian instrumen menggunakan sampel 21 siswa kelas IV di SD N 4 Marga Tiga pada tanggal 23 desember 2021. Uji coba yang dilakukan terhadap 15 item pertanyaan untuk mengukur konsentrasi belajar dengan indeks perbedan dari  $r$  hitung 0.497164- 0.915454.

Standar  $r$  tabel yang digunakan yaitu 0,433. Berdasarkan hasil validitas maka dapat disimpulkan bahwa 15 item pertanyaan dianggap valid sehingga bisa digunakan sebagai item dalam penelitian.

Sedangkkn uji reliabilitas merupakan kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan bila fakta tadi diukur atau diamati berkali-kali dalam waktu

berlainan. alat dan cara mengukur atau mengamati sama-sama memegang peran penting dalam waktu yang bersamaan. pengujian instrumen menggunakan sampel sebanyak 21 siswa SD N 4 Marga Tiga hasil uji reabilitas yang dilakukan dengan *cronbach alpha* yaitu 0.936. menurut livia (2019) menyatakan bahwa *cronbach alpha* yang digunakan untuk mengetahui reabilitas suatu item instrumen yaitu 0,7. Maka dapat disimpulkan bahwa uji reliabilitas yang sudah dilakukan memiliki reliabilitas yang tinggi sehingga dapat digunakan.

#### **H. Pengolahan Data**

Hasil data yang sudah didapatkan lembar observasi dibuat dan diolah sebagai berikut :

1. Collecting merupakan data yang dikumpulkan dari angket.
2. Scoring dilakukan dengan memberi nilai dari

Dengan penjelasan :

SL atau selalu = 4

SR atau sering = 3

KD atau kadang-kadang = 2

TP atau tidak pernah = 1

Dengan kriteria nilai :

Nilai kurang 15-30

Nilai sedang 31-45

Nilai tinggi 46-60

3. Data entry, merupakan jawaban yang masih mentahan atau belum diolah yang masih menggunakan “kode” berupa huruf dan angka selanjutnya akan diolah dengan aplikasi computer.
4. Data Processing data diolah dengan aplikasi sesuai yang dibutuhkan dalam penelitian (Muhammad, 2013).

#### **I. Analisis Data**

Analisis data kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisir data, memilah menjadi satuan yang dapat dikelola, analisis data dalam penelitian ini,

- a. Analisis univariat memiliki tujuan menjelaskan dari variable penelitian kemudian memaparkan dengan perhitungan median, mean,

standar deviasi, rata-rata, nilai terendah dan nilai tertinggi. Analisis penelitian memaparkan hubungan yoga anak setelah diberikan dan sebelum diberikan yoga anak.

- b. Analisis bivariate digunakan untuk mengetahui hubungan antara setelah diberikan perlakuan yoga dengan setelah diberikan perlakuan yoga. Maka jika melakukan uji hipotesis dan analisa data yang sudah didapatkan maka menggunakan uji normalitas dan di ambil dari Shapiro wilk jika didapatkan hasil normal maka dapat dilakukan dengan uji T-Test.