

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *quasi eksperiment with control group pre-test post-test design*. Kelompok eksperimen yang diberikan yoga anak dan kelompok kontrol adalah anak prasekolah di TK Comoro child and youth center dan umur dari 5 - 6 tahun yang tidak diberikan yoga anak.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian.

1. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 11 – 28 - 2023

2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di sekolah di TK Buras Kadalak 03 Lurumata Fatuhada Dom Aleixo Timor Leste.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia prasekolah yang ada di TK Buras Kadalak 03 Lurumata Fatuhada Dom Aleixo, dengan jumlah 43 siswa.

2. Sampel

Sampling dalam penelitian ini adalah 20 orang kelompok perlakuan dan 20 orang kelompok kontrol anak usia prasekolah yang ada di TK Buras Kadalak Fatuhada, Dom Aleixo Timor Leste. Teknik

pengambilan sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *random sampling*, (forum ilmiah kesehatan 2017). (Buku Bhisma Murti)

D. Definisi Operasional

Definisi Operasional bermanfaat untuk mengarahkan pengamatan atau pengukuran terhadap variabel yang bersangkutan serta pengembangan instrument atau alat ukur (Notoatmodjo, 2010).

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1	Yoga Anak	Melakukan gerakan yoga anak yang diberikan 2 kali sesi latihan yoga anak ,selama 3 minggu. Dalam memberikan yoga anak pada kelompok eskperiment ada 6 kali selama 3 minggu karena keterbatasan waktu untuk memberikan yoga anak pada anak prasekolah kelompok eskperime.	SOP	-	-
2	Konsentrasi Belajar	Kemampuan anak memusatkan pikiran yang ditandai dengan perubahan tingkah laku yang dinilai dari perilaku kognitif, perilaku afektif, perilaku psikomotor dan perilaku bahas	Lembar observasi penilaian perilaku	1. Nilai minimum : 0 2. Nilai maksimum : 35	Rasio

E. Variabel Penelitian

Variable penelitian ini terdiri 2 variabel yaitu :

- 1) Variabel independen (bebas)

Dalam penelitian ini yang menjadi variabel independen adalah yoga anak.

2) Variabel dependen (terikat)

Dalam penelitian ini yang menjadi variabel dependen adalah konsentrasi belajar anak usia prasaekolah.

F. Pengumpulan Data

1. Jenis data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif.

a. Data primer.

Data primer dalam penelitian ini diperoleh dari lembar observasi sebelum dan sesudah dilakukan yoga anak dan tanpa perlakuan yoga anak pada kelompok kontrol. Menurut Sugiyono (2018).

b. Data sekunder

Data sekunder pada penelitian ini adalah data jumlah siswa yang ada di TK Buras Kadalak 03 Lurumata Fatuhada Dom Aleixo Timor Leste.

2. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi perilaku kemampuan konsentrasi anak sebelum dan sesudah perlakuan yoga anak pada kelompok eksperimen dan sebelum dan sesudah tanpa perlakuan yoga anak pada kelompok dengan memberikan tes kepada anak kemudian di nilai hasil kemampuan anak saat menjawab soal yang ditanyakan.

3. Instrument Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau metodu yang digunakan untuk mengukur suatu felomena atau social yang diteliti (Sugiyono. 2019). Penelitian ini peneliti menggunakan lembar kuesioner konsentrasi belajar anak. Menurut penelitian dari

Siti Qurratul Aini, Universitas Surabaya pada Tahun 2012 untuk mengukur konsentrasi belajar anak maka instrumen yang digunakan adalah metode observasi penilaian perilaku kemampuan konsentrasi belajar. untuk dijadikan instrumen dalam mengukur konsentrasi belajar pada anak usia prasekolah.

Maka peneliti menggunakan instrumen lembar Kuesioner ini sebagai alat ukur yang menggunakan pengukuran 1,2,3, 4 menjadi pernyataan yang menyatakan ya dan tidak dengan ya = 1 dan tidak = 0.

Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.

No	Aspek	Sub aspek	No. item oerilaku
1	Kognitif	Melaksanakan pengetahuan yang didapatkan	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10
2	Afektif	Respon, yaitu kemauan untuk merespon yang diajarkan	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17
3	Psikomotor	Adanya gerakan anggota badan yang tepat atau sesuai dengan petunjuk	18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25
4	Bahasa	Adanya suatu aktivitas berbahasa yang teratur secara baik dan benar	26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35

4. Uji validitas dan reliabilitas

Peneliti tidak melakukan pengujian instrumen atau uji coba terhadap 35 item pertanyaan ini untuk mengukur konsentrasi belajar anak prasekolah karena menggunakan referensi penelitian terdahulu dengan Penilaian kemampuan konsentrasi belajar prasekolah di Paud Al -Fadhilah Desa Montong Terep, Praya, Lombok Tengah, (Agustina Anggrain, 2020).

5. Etika penelitian

Menurut Heryana (2020) Etika penelitian pada saat ini menggunakan ketentuan dari pendekatan deontologi. Berdasarkan pendekatan deontologi maka ada 4 prinsip untuk penelitian kesehatan yaitu :

a. *Respect to autonomy*

Dalam penelitian ini sebelum diberikan perlakuan peneliti memberikan informed consent kepada orang tua anak untuk mendapatkan persetujuan bahwa anaknya diperolehkan untuk dijadikan responden.

b. *Promotion of justice*

dalam penelitian ini responden yang diambil tidak semua hanya sebagian dari jumlah anak yang ada di TK Buras Kadalak 03 Lurumata Fatuhada Dom Aleixo Timor Leste, maka peneliti menerapkan bahwa anak yang tidak mendapatkan perilaku yoga menjalani pembelajaran sebagaimana mestinya, saat selesai penelitian anak diberikan hadiah secara merata dan memberitahu guru supaya bisa menerapkan yoga pada anak.

c. *Ensuring beneficence*

Dalam penelitian ini peneliti menyiapkan langkah-langkah yang harus diperhatikan dalam memberikan perlakuan yoga pada anak seperti menciptakan ruangan yang nyaman, serta suasana yang nyaman dengan adanya audio maupun video yang ditayangkan.

d. Ensuring maleficence

Dalam penelitian ini untuk menghindari kecelakaan pada saat perlakuan yoga maka peneliti menggunakan alas yang bisa menopang anak supaya tidak terjatuh pada saat berlatih yoga.

6. Prosedur pengumpulan data

a. Tahap persiapan

- a. Peneliti mengajukan surat permohonan izin ke Fakultas Kesehatan Universidade Ngudi Waluyo.
- b. Peneliti mengajukan surat permohonan surat rekomendasi penelitian yang di tujukan kepada kepala sekolah TK Buras Kadalak 03 Lurumata Fatuhada Dom Aleixo Timor Leste.
- c. Setelah mendapatkan persetujuan serta izin dari akademik, kemudian meminta persetujuan dengan kepala sekolah serta meminta persetujuan kepada orang tua wali.
- d. Penliti menjelaskan maksud dan tujuan dilakukan penelitian kepad Kepala sebelum penelitian diberikan.
- e. Setelah memahami maksud dan tujuan penelitian kepala sekolah menandatangani pernyataan kesediaan anaknya untuk menjadi responden.

b. Tahap pelaksanaan

- 1) pada hari Kamis Tanggal 12 Januari 2023, jam 08 : 00 sampai dengan 12:45, membutuhkan waktu 345 menit. Peneliti melakukan pengukuran terlebih dahulu pada tingkat konsentrasi belajar kelompok eksperimen. pada hari Kamis tanggal 12 Januari 2023, jam 13:00 sampai dengan jam 17:35

membutuhkan waktu 335, peneliti melakukan pengukuran pada tingkat konsentrasi belajar pada kelompok kontrol anak prasekolah TK Comoro child and youth center. Karena keterbatasan ruang kelas sekolah maka anak TK nol kecil proses belajar mengajarnya pada pagi hari, mulai pada jam 08:00 sampai dengan jam 12:30. Membutuhkan waktunya 330 menit. Sedangkan untuk anak TK nol besar proses belajar mengajar dari jam 13:00 sampai dengan jam 17:35, membutuhkan waktunya 335 menit.

- 2) Minggu pertama pada hari Jumat Tanggal 13 Januari 2023 dan tanggal, jam 08 : 00 sampai dengan jam 12 :00, membutuhkan waktu 300 menit. Peneliti memberikan perlakuan yoga anak pada kelompok eksperimen berjumlah 20 orang.
- 3) Minggu pertama pada hari Sabtu tanggal 14 Januari, jam 08:00 sampai dengan jam 12:00, membutuhkan waktu 300 menit. Peneliti memberikan perlakuan yoga anak pada kelompok eksperimen berjumlah 20 orang.
- 4) Minggu kedua pada hari Senin tanggal 16 Januari 2023, jam 08:00 sampai dengan jam 12:00, membutuhkan waktu 300 menit. Peneliti memberikan perlakuan yoga anak pada kelompok eksperimen berjumlah 20 orang.
- 5) Minggu kedua pada hari Kamis tanggal 19 Januari, jam 08:00 sampai dengan jam 12:00, membutuhkan waktu 300 menit. Peneliti memberikan perlakuan yoga anak pada kelompok eksperimen berjumlah 20 orang.
- 6) Minggu ketiga pada hari Senin tanggal 23 Januari 2023, jam 08:00 sampai dengan jam 12:00, membutuhkan waktu 300 menit. Peneliti memberikan perlakuan yoga anak pada kelompok eksperimen berjumlah 20 orang.

- 7) Minggu ketiga pada hari Kamis tanggal 26 Januari 2023 , jam 08:00 sampai dengan jam 12:00, membutuhkan waktu 300 menit. Peneliti memberikan perlakuan yoga anak pada kelompok eksperimen berjumlah 20 orang.
- 8) Pada tanggal 28 Januari 2023 peneliti melakukan pengukuran konsentrasi kembali pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

c. Tahap penyelesaian

- 1) Setelah lembar observasi sudah terisi semua kemudian dilanjutkan untuk pengolahan data.
- 2) Melakukan pengolahan serta analisa data
- 3) Menuliskan laporan penelitian

D. Pengolahan data (sesuai kebutuhan)

Setelah mendapatkan data dari responden data diolah melalui tahap-tahap seperti di bawah ini:

6. Editing

Editing (Penyuntingan data) pengecekan kembali data yang diperlu sudah lengkap, sudah diisi atau belum bila terdapat kesalahan dan kekeliruan dalam pengumpulan data, dalam menyelesaikan masalah yang diteliti (Notoatmodjo,2018).

7. Scoring

Scoring adalah kegiatan melakukan perubahan yang dimana data yang berbentuk huruf menjadi data berbentuk angka. Dalam penelitian skor yang diberikan yaitu :

0 = salah

1 = Benar

8. Tabulasi (*tabulating*)

Tabulasi yaitu data yang didapatkan dari responden kemudian dimasukkan kedalam program komputer. Data yang dimasukkan yaitu data tingkat konsentrasi belajar sebelum dan sesudah perlakuan yoga pada kelompok eksperimen dan sebelum dan sesudah diberikan tanpa perlakuan yoga anak pada kelompok kontrol

9. Coding

Coding yaitu kegiatan dalam memberikan kode pada setiap variabel, dimana manfaatnya yaitu untuk mempermudah dalam menganalisis data dan mempercepat dalam entry data. Kode dalam penelitian ini yaitu:

- a. Tingkat konsentrasi belajar anak pre-test : 1
- b. Tingkat konsentrasi belajar anak post-test : 2

5. Processing

Processing adalah melakukan proses data yang bisa di analisis dengan menggunakan carameng-entry data ke dalam program komputer. Data yang dimasukkan adalah data tingkat konsentrasi belajar anak sebelum dan sesudah perlakuan yoga anak pada kelompok eksperimen dan sebelum dan sesudah perlakuan tanpa yoga anak pada kelompok kontrol.

6. Entry

Data Kegiatan memasukan data yang telah dikumpulkan dan tersusun secara tepat ke dalam master table atau data base komputer untuk dianalisis

7. Pembersihan data

Pembersihan data (cleaning) yaitu setelah semua data selesai dimasukkan maka perlu adanya pengecekan ulang untuk melihat kemungkinan kesalahan pada saat memasukkan data.

H. Analisis Data

Setelah data sudah terkumpul maka langkah selanjutnya yaitu menganalisa data dengan menggunakan bantuan dari sistem komputer yaitu SPSS. Analisa yang digunakan yaitu antara lain :

a. Analisa Univariat

Analisa univariat dalam penelitian ini adalah sebelum dan sesudah diberikan yoga pada kelompok eksperimen dan sebelum dan sesudah tanpa pemberian yoga anak pada kelompok kontrol. Analisa univariat pada penelitian ini berbentuk tendensi sentral seperti mean, median, minimum, maksimum dan standar deviasi.

b. Analisa Bivariat

Untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah diberikan diberikan yoga anak pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol maka dilakukan uji beda. Dalam penelitian ini dilakukan uji normalitas terlebih dahulu dengan

menggunakan *Shapiro-Wilk*. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen tidak berdistribusi normal maka dilakukan uji wilcoxon. pada kelompok kontrol berdistribusi normal sehingga uji yang dilakukan yaitu uji paired test. Untuk uji dua sampel independent maka dilakukan uji dengan menggunakan non parametrik yaitu Mann Withn.