

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan rancangan *cross-sectional*, yang salah satu cirinya adalah tidak ada hipotesis dan data yang terkumpul dipresentasikan. Penelitian deskriptif tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi menggambarkan apa adanya tentang variabel, gejala atau suatu keadaan. Pengumpulan data yang di gunakan peneliti adalah tes dan pengukuran.

B. Lokasi Dan Waktu

Penelitian berlokasi di klenteng Hok Tik Bio Ambarawa, Kabupaten Semarang. Waktu pelaksanaan pada tanggal 18 Juli 2023.

C. Subyek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet wushu Sasana Genta Suci Ambarawa, Kabupaten Semarang, yang mengikuti pertandingan PORPROV dengan jumlah 12 orang atlet wushu taolu,yaitu 7 orang putra dan 5 orang putri .

2. Sampel Penelitian

Peneliti menggunakan purposive sampling dimana memiliki kriteria yaitu atlet wushu Sasana Genta Suci Ambarawa Kabupaten Semarang yang mengikuti pertandingan PORPROV dan berusi 16 sampai 18 tahun, sejumlah 9 orang atlet yaitu 3 orang putri dan 6 orang putra.

Adapun kriteria inklusi dan eksklusi adalah sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi :

- 1) Atlet Wushu Kabupaten Semarang yang mengikuti kejuaraan PORPROV 2023 yang belum pernah mengikuti kejuaraan PORPROV sebelumnya.
- 2) Berusia 16-18 tahun.
- 3) Bersedia menjadi responden

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Atlet Wushu Sasana Genta Suci yang mengikuti kejuaraan Porprov 2023 yang pernah mengikuti kejuaraan Porprov 2022
- 2) Berusia diatas 18 Tahun.
- 3) Tidak bersedia menjadi responden.

D. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Standar/Norma	Skala Ukur
1	Kekuatan	Mengukur kekuatan otot perut dan kekuatan otot lengan.	Kekuatan otot perut : Pengukuran otot perut menggunakan aktifitas <i>shut-up</i> sebanyak mungkin dengan tangan dibelakang kepala dan gerakan siku harus menempel lutut.	Matras, <i>stopwatch</i> dan Alat Tulis	Otot Perut, Laki-laki Baik sekali : > 70 Baik : 54-69 Sedang : 38-53 Kurang : 22-37 Kurang sekali : < 21 Perempuan Baik sekali : > 70 Baik : 54-69 Sedang : 35-53 Kurang 22-34 Kurang sekali : < 7.50	Ordinal
			Kekuatan otot lengan : Pengukuran otot lengan menggunakan		Otot lengan, laki-laki Baik sekali : >70 Baik : 54-69	

			aktifitas Push-up selama 1 menit. Untuk laki-laki, jari-jari telapak kaki bertumpu di lantai, sedangkan untuk atlet perempuan, tungkai ditekuk/berlutut		Sedang : 38-53 Kurang : 22-37 Kurang sekali : <21 Perempuan Baik sekali : >70 Baik : 54-69 Sedang : 35-53 Kurang : 22-34 Kurang sekali : <7.50	
2	Daya Tahan	Hasil tes ini tujuannya untuk mengetahui daya tahan kerja jantung dan Pernapasan.	Atlet berlari menempuh jarak 2,4 km. Waktu diambil sampai dengan persepuluh detik (0,1 detik) atau perseratu detik (0,01 detik).	Pluit, Stopwatch Dan Alat Tulis	Laki- laki Terlatih : <08.37. Baik Sekali : 08.37-9.40 Baik : 09.41-10.48 Sedang : 10.49-12.10 Kurang : 12.11-15.30 Kurang sekali : >15.31 Perempuan Terlatih : <11.50 Baik sekali 11.50-12.29 Baik : 12.30-14.30 Sedang : 14.31-16.54 Kurang : 16.55-18.30 Sangat Kurang : >18.31	Ordinal
3	Kecepatan	Mengukur kecepatan atlet.	Atlet berlari sekencang-kencangnya dengan jarak 30 meter.	Meteran, Stopwatch, Kun Dan Alat Tulis	Laki-laki Baik sekali : 3.58-3.91 Baik : 3.92-4.34 Sedang : 4.35-4.72 Kurang : 4.73-5.11 Kurang sekali : 5.12-5.50 Perempuan Baik sekali : 4.06-4.50 Baik : 4.51-4.96 Sedang : 4.97-5.40 Kurang : 5.41-5.86 Kurang sekali : 5.87-6.30	Ordinal

4	Daya Ledak	Kemampuan otot dalam melakukan kontraksi dengan cepat dalam kurun yang singkat, tes ini disebut <i>Vertical Jump</i> .	Berdiri disamping papan ukur mengukur tinggi lengan, setelah itu melompat sambil menepuk papan ukur.	Papan Ukur Dan Kapur	Laki-laki Baik sekali = usia 16 : 25 inci usia 17 : 25 inci usia 18 : 26 inci Baik = usia 16 : 23 inci usia 17 : 23 inci usia 18 : 24 inci Sedang = usia 16 : 19 inci usia 17 : 19 inci usia 18 : 19 inci Kurang = usia 16 : 12 inci usia 17 : 12 inci usia 18 : 13 inci Kurang sekali = usia 16 : 5 inci usia 17 : 5 inci usia 18 : 8 inci Perempuan Baik Sekali : >14 Baik : 13 Sedang : 10 Kurang : 6 Kurang sekali : <2	Ordinal
5	Fleksibilitas	Fleksibilitas disebut Kelentukan dalam penyesuaian diri terhadap segala aktivitas dengan penguluran tubuh pada bidang sendi yang luas.	Atlet duduk dilantai dengan kaki lurus dan mengajukan togok kedepan sejauh -jauhnya.	Meteran batang, Matras, kursi kecil.	Laki-laki Baik sekali = usia 16 tahun : 19,0 usia 17 tahun : 19,5 usia 18 tahun : 19,5 Baik = usia 16 tahun : 17,0 usia 17 tahun : 17,5 usia 18 : 17,5 Sedang = usia 16 : 15,0 usia 17 : 15,5 usia 18 : 15,0 Kurang = usia 16 : 13,0 usia 17 : 13,0 usia 18 : 13,0 Kurang sekali = usia 16 : 10,0 usia 17 : 10,5 usia 18 : 10,0 Perempuan Baik sekali = usia 16 : 17 inci usia 17 : 17 inci usia 18 : 24 inci	

					Baik = usia 16 : 15 inci usia 17 : 15 inci usia 18 : 13 inci Sedang = usia 16 : 13 inci usia 17 : 13 inci usia 18 : 10 inci Kurang = usia 16 : 8 inci usia 17 : 8 inci usia 18 : 6 inci Kurang sekali = usia 16 : 3 inci usia 17 : 3 inci usia 18 : 2 inci	
6	Keseimbangan	Pengukuran keseimbangan statis dilakukan dengan menggunakan tes stork stand, yaitu tes berdiri diujung satu kaki (jinjit), pada kaki yang dominan	Kaki diangkat satu dan dimasukkan ke lutut dalam dan kaki dominan yang menjadi tumpuan, kemudian kaki tumpuan jinjit selama mungkin.	<i>Stopwatch</i> , Alat Tulis	Laki-laki Baik sekali : >51 Baik : 37–50 Sedang : 15-36 Kurang : 5-14 Kurang Sekali : 0 – 4 Perempuan Baik sekali : >28 Baik : 23-27 Sedang : 8-22 Kurang : 3-6 Kurang Sekali : 0–2	Ordinal
7	Kelincahan	Pengukuran kelincahan dilakukan dengan menggunakan tes lari bolak-balik	Atlet berlari dari tengah lapangan yang berjarak 10 meter dengan 4 kali pengulangan sampai mendapat 40 meter	Kun, <i>Stopwatch</i> , Alat tulis	Laki -Laki Baik Sekali : <12.10 Baik : 12.11 – 13.53 Sedang: 12.11–14.96 Kurang : 14.98–16.39 Kurang sekali : >16.40 Perempuan Baik Sekali : < 12.42 Baik : 12.43-14.09 Sedang : 14.10-15.74 Kurang : 15.75-17.39 Kurang Sekali: > 17.40	Ordinal

Sumber : (Wiriawan, 2017)

E. Variabel Penelitian

Dalam Penelitian ini hanya memiliki satu variabel saja, yaitu profil biomotor atlet wushu PORPROV 2023. Dikarenakan peneliti hanya difokuskan untuk mengetahui gambaran suatu masalah yang akan diteliti dan tidak ada variabel lain yang mempengaruhi variabel tersebut.

F. Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Tes pengukuran ini menggunakan standar TKJI usia 16 s/d 18 tahun, adapun rangkaian yang perlu diperhatikan dalam penelitian ini yaitu :

a. Kekuatan

Peneliti menggunakan tes pengukuran dengan menggunakan gerakan *push up* dan *sit up* untuk mengetahui kekuatan lengan dan kekuatan perut responden. Alat dan prosedur pelaksanaan adalah sebagai berikut :

1) *Push up*

a) Peralatan :

- Matras
- *Stopwatch*
- Alat tulis.

b) Prosedur Pelaksanaan

- Atlet berada di posisi telungkup. Untuk laki-laki, kepala, punggung, sampai dengan tungkai dalam posisi lurus.

Untuk perempuan, kepala dan punggung lurus, sedangkan tungkai ditekuk/berlutut.

- Kedua telapak tangan bertumpu di lantai di samping dada dan jari-jari tangan ke depan.
- Kedua telapak kaki berdekatan. Untuk laki-laki, jari-jari telapak kaki bertumpu di lantai, sedangkan untuk atlet perempuan, tungkai ditekuk/berlutut.
- Saat sikap telungkup, hanya dada yang menyentuh lantai, sedangkan kepala, perut dan tungkai bawah terangkat.
- Dari sikap telungkup, angkat tubuh dengan meluruskan kedua lengan, kemudian turunkan lagi tubuh dengan membengkokkan kedua lengan sehingga dada menyentuh lantai.
- Setiap kali mengangkat dan menurunkan tubuh, kepala, punggung, dan tungkai tetap lurus.
- Setiap kali tubuh terangkat, dihitung sekali.
- Pelaksanaan telungkup angkat tubuh dilakukan sebanyak mungkin selama 1 menit.
- Pelaksanaan dinyatakan betul bila saat tubuh terangkat, kedua lengan lurus, kepala, punggung, dan tungkai lurus.

Tabel 3. 2 Penilaian Tes Pengukuran *Push up*.

Kriteria	Usia 16 s/d 18	
	Laki-laki	Perempuan
Baik Sekali	>70	>70
Baik	54-69	54-69
Sedang	38-53	35-53
Kurang	22-37	22-34
Kurang Sekali	<21	< 7.50

Sumber : (Wiriawan, 2017)

2) *Sit up*

a) Peralatan

- Matras
- *Stopwatch*
- Alat tulis

b) Prosedur Pelaksanaan

- Atlet berbaring terlentang, kedua tangan di belakang tengkuk, dan kedua siku lurus ke depan.
- Kedua lutut ditekuk dan telapak kaki tetap di lantai.
- Bersamaan dengan aba-aba “siap” atlet siap melakukannya.
- Bersamaan dengan aba-aba “ya”, alat ukur pengukur waktu dijalankan, kemudian atlet mengangkat tubuh, kedua siku menyentuh lutut, dan kembali berbaring atau ke sikap semula.
- Lakukan gerakan sebanyak-banyaknya selama 30 detik.

Tabel 3. 3 Penilaian Tes Pengukuran *Sit up*.

Kriteria	Usia 16 s/d 18	
	Laki-laki	Perempuan
Baik Sekali	>70	>70
Baik	54-69	54-69
Sedang	38-53	35-53
Kurang	22-37	22-34
Kurang Sekali	<21	< 7.50

Sumber : (Wiriawan, 2017)

b. Daya Tahan

Untuk mengetahui daya tahan kerja jantung dan pernapasan dilakukan tes pengukuran lari 2,4 km, alat dan prosedur pelaksanaan sebagai berikut :

1) Peralatan

- Pluit
- *Stopwatch*
- Alat tulis.

2) Prosedur Pelaksanaan

- Atlet berlari menempuh jarak yang telah ditentukan, yaitu sejauh 2,4 km.
- Waktu diambil sampai dengan persepuluh detik (0,1 detik) atau perseratu detik (0,01 detik)

Tabel 3. 4 Penilaian Tes Lari 2,4 Km

Kriteria	Usia 13-19	
	Laki-laki	Perempuan
Terlatih	<08.37	<11.50
Baik Sekali	08.37-09.40	11.50-12.29
Baik	09.41-10.48	12.30-14.30
Sedang	10.49-12.10	14.31-16.54
Kurang	12.11-15.30	16.55-18.30
Kurang Sekali	>15.31	>18.31

Sumber : Wiriawan, 2017

c. Kecepatan

Untuk mengetahui seberapa kecepatan atlet, peneliti menggunakan lari *sprint* sejauh 30 meter. Alat dan prosedur pelaksanaan sebagai berikut :

1) Peralatan

- Meteran.
- Alat tulis
- *Stopwatch*
- Kun

2) Prosedur Pelaksanaan

- Atlet siap berdiri di belakang garis start.
- Dengan aba-aba “siap”, atlet siap berlari dengan start berdiri.
- Dengan aba-aba “ya”, atlet berlari secepat-cepatnya dengan menempuh jarak 30 meter sampai melewati garis akhir.
- Kecepatan lari dihitung dari saat aba-aba “ya”.
- Pencatatan waktu dilakukan sampai dengan persepuluh detik (0,1 detik), bila memungkinkan dicatat sampai dengan perseratus detik (0,01 detik)
- Tes dilakukan dua kali. Pelari melakukan tes berikutnya setelah berselang minimal satu pelari. Kecepatan lari yang terbaik yang dihitung.
- Atlet dinyatakan gagal apabila melewati atau menyeberang lintasan lainnya.

Tabel 3. 5 Penilaian Tes Lari 30 M

Kriteria	Usia 16 s/d 18	
	Laki-laki	Perempuan
Baik Sekali	3.58-3.91	4.06-4.50
Baik	3.92-4.34	4.51-4.96
Sedang	4.35-4.72	4.97-5.40
Kurang	4.73-5.11	5.41-5.86
Kurang Sekali	5.12-5.50	5.87-6.30

Sumber : (Wiriawan, 2017)

d. Daya Ledak

Daya ledak adalah kemampuan otot dalam melakukan kontraksi dengan cepat dalam kurun yang singkat, peneliti menggunakan tes pengukuran *Vertical Jump*, alat dan prosedur pelaksanaan sebagai berikut :

1) Peralatan

- Papan Ukur
- alat tulis
- Kapur.

2) Prosedur Pelaksanaan

- Gantungkan papan ukuran lompat tegak di tembok.
- Atlet berdiri menyamping dan kaki kanan/kiri merapat ke tembok.
- Tangan kanan/kiri berkapur diluruskan ke atas setinggi-tingginya dan disentuhkan pada papan ukuran lompat tegak. Bekas sentuhan yang tertinggi merupakan tinggi raihan. Atlet siap melompat.
- Atlet melompat setinggi-tingginya dengan bantuan ayunan kedua lengannya.

- Saat melompat, sentuhkan jari-jari tangan yang berkapur ke papan ukuran.
- Selisihkan tinggi raihan dengan hasil raihan pada saat melompat.

Tabel 3.6 Penilaian Tes *Vertical Jump*

Kriteria	Laki laki	Perempuan
Usia 18>		
Baik Sekali	26"	14"
Baik	24"	13"
Sedang	19"	10"
Kurang	13"	6"
Kurang Sekali	8"	2"
Usia 17		
Baik Sekali	25"	17"
Baik	23"	15"
Sedang	19"	13"
Kurang	12"	8"
Kurang Sekali	5"	3"
Usia 16		
Baik Sekali	25"	17"
Baik	23"	15"
Sedang	19"	13"
Kurang	12"	8"
Kurang Sekali	5"	3"

Sumber : (Wiriawan, 2017)

e. **Fleksibilitas**

Untuk mengetahui kelentukan batang tubuh/togok dan sendi panggul peneliti menggunakan tes pengukuran *Sit and Reach Test*. Alat dan prosedur pelaksanaan sebagai berikut :

1) **Peralatan**

- Meteran batang
- Matras
- kursi kecil.

2) Prosedur Pelaksanaan

- Letakkan meteran batang (*yardstick*) di lantai, beri pita melintang pada inci ke-15.
- Atlet duduk dengan tungkai lurus dan meteran berada di antara kedua tungkai. Letakkan tumit di atas pita yang melintang.
- Titik nol meteran berada di sudut selakangan
- Atlet menggerakkan togok ke depan secara perlahan-lahan semaksimal mungkin
- Lengan paralel dengan tungkai dan ujung jari menyentuh meteran.

Tabel 3. 7 Penilaian *Sit And Reach Test*.

Kriteria	Laki laki	Perempuan
Usia 18 Tahun		
Baik Sekali	19,5	20,5
Baik	17,5	19,0
Cukup	15,0	17,5
Kurang	13,0	15,5
Kurang Sekali	10,0	13,0
Usia 17 Tahun		
Baik Sekali	19,5	20,5
Baik	17,5	19,0
Cukup	15,5	18,0
Kurang	13,0	15,5
Kurang Sekali	10,5	13,5
Usia 16 Tahun		
Baik Sekali	19,0	20,5
Baik	17,0	19,0
Cukup	15,0	17,5
Kurang	13,0	16,5
Kurang Sekali	10,0	14,0

Sumber : (Wiriawan, 2017)

f. Keseimbangan

Pengukuran keseimbangan statis dilakukan dengan menggunakan tes stork stand, yaitu tes berdiri diujung satu kaki (jinjit), pada kaki yang dominan. Alat dan prosedur pelaksanaan sebagai berikut :

1) Peralatan

- *Stopwatch*
- Alat Tulis

2) Prosedur Pelaksanaan

- Atlet berdiri dengan satu kaki, pada kaki yang dominan
- Kaki yang lain diletakkan di lutut bagian dalam dari tungkai kaki tumpu
- Kedua tangan diletakkan di pinggang
- Dengan aba-aba "ya", atlet mengangkat tumit kaki tumpu, sehingga ia hanya bertumpu pada bola kaki (jinjit)
- Pertahankan posisi d selama mungkin, tanpa menggeser posisi kaki tumpu, dan tumit tidak menyentuh lantai
- Pencatat waktu mulai dihidupkan pada saat atlet mulai mengangkat tumit kaki tumpu (jinjit) hingga ia kehilangan keseimbangan.
- Setiap atlet diberi kesempatan sebanyak 3 kali tes, dan waktu terlama yang dicatat dengan satuan detik.

Tabel 3. 8 Penilaian Keseimbangan.

Kriteria	Usia 16 s/d 18	
	Laki-laki	Perempuan
Baik Sekali	>51	>28
Baik	37-50	23-27
Cukup	15-36	8-22
Kurang	5-14	-6
Kurang Sekali	0 – 4	0-2

Sumber : (Wiriawan, 2017)

g. **Kelincahan**

Pengukuran kelincahan dilakukan dengan menggunakan tes lari bolak-balik. Alat dan prosedur pelaksanaan sebagai berikut:

1) **Peralatan**

- *Cone*
- *Stopwatch*
- Alat Tulis

2) **Prosedur Pelaksanaan**

- Pada aba-aba “bersedia” atlet berdiri di belakang garis tengah menghadap garis pertama.
- Pada aba-aba “siap” atlet lari dengan start berdiri.
- Dengan aba-aba “ya” atlet segera berlari menuju ke garis pertama dan setelah kedua kaki melewati garis pertama segera berbalik dan menuju ke garis tengah.
- Atlet berlari lagi dari garis tengah menuju garis kedua dan kembali ke garis tengah, dihitung satu kali.
- Pelaksanaan lari dilakukan sampai empat kali bolak-balik sehingga menempuh jarak 40 meter.

- Setelah melewati finis di garis tengah, pencatat waktu dihentikan.
- Catatan waktu untuk menentukan norma kelincahan dihitung sampai persepuluh detik (0,1 detik) atau perseratus detik (0,01 detik)

Tabel 3.9 Penilaian Tes Lari Bolak balik.

Kriteria	Usia 16 s/d 18	
	Laki-laki	Perempuan
Baik Sekali	<12.10	< 12.42
Baik	12.11-13.53	12.43-14.09
Cukup	13.54-14.96	14.10-15.74
Kurang	14.98-16.39	15.75-17.39
Kurang Sekali	>16.40	> 17.40

Sumber : (Wiriawan, 2017)

2. Prosedur Penelitian

a. Penelitian Tahap Persiapan

- 1) Melakukan koordinasi dengan pelatih Sasana Genta Suci Ambarawa, dan mengajukan surat permohonan ijin studi pendahuluan dari pihak Universitas Ngudi Waluyo.
- 2) Melakukan studi pendahuluan dan mengambil data awal atlet sebagai responden dengan meminta data dari pelatih Sasana Genta Suci, Ambarawa untuk mengetahui jumlah atlet yang mengikuti kejuaraan PORPROV tahun 2023 dan di hitung besar sampelnya untuk dijadikan sampel penelitian.
- 3) Melaporkan rencana penelitian dan teknik pelaksanaan yang akan dilaksanakan di lokasi penelitian.

- 4) Peneliti mengajukan surat permohonan ijin untuk penelitian dari pihak Universitas Ngudi Waluyo kepada pihak Sasana Genta Suci Ambarawa.
- 5) Menyiapkan instrument penelitian.

b. Penelitian Tahap Pelaksanaan

- 1) Peneliti mencari responden yang akan di teliti sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan.
- 2) Peneliti memberikan lembar persetujuan menjadi responden kepada calon responden yang akan dijadikan responden dalam penelitian.
- 3) Peneliti memberikan formulir kepada responden yang berisi tentang nama, usia, berat badan dan tinggi badan untuk data peneliti.
- 4) Peneliti melakukan tes pengukuran biomotor kepada responden meliputi pengukuran kecepatan, daya tahan, kekuatan, daya ledak dan fleksibilitas pada responden.
- 5) Setelah mendapatkan data yang diperlukan dari responden maka peneliti melakukan pengolahan data yang didapatkan dari penelitian dan selanjutnya melakukan pelaporan akhir dari hasil penelitian.
- 6) Menganalisis dan mendekripsikan hasil tes pengukuran atlet PORPROV wushu taolu di Sasana Genta Suci Ambarawa.

3. Etika Penelitian

Kegiatan penelitian yang dilakukan sebaiknya tidak bertentangan dengan etika, dimana dalam melakukan penelitian harus menjaga hak responden dan tidak bertentangan dengan norma di masyarakat setempat. Sebelum dilakukan penelitian sebaiknya mengajukan perizinan kepada instansi terkait yaitu surat izin dari Universitas Ngudi Waluyo kepada kepala pelatih Sasana Genta Suci Ambarawa, Kabupaten Semarang. Kemudian peneliti menemui responden untuk wawancara langsung dan menyampaikan etika penelitian kepada responden meliputi:

a. *Ethical clearance (EC)*

Ethical clearance (EC) yaitu pernyataan bahwa rencana kegiatan penelitian yang tergambar dalam protokol, telah dilakukan kajian dan telah memenuhi kaidah etik sehingga layak dilaksanakan. Seluruh penelitian yang menggunakan manusia sebagai subjek penelitian harus mendapatkan *ethical clearance*. Dalam hal ini peneliti mengajukan proposal untuk diuji oleh bagian Kode Etik Penelitian Universitas Ngudi Waluyo.

b. Lembar persetujuan responden

Lembar persetujuan responden merupakan cara persetujuan antara peneliti dengan responden dengan memberikan lembar persetujuan dengan mencantumkan judul penelitian. Tujuan dari lembar persetujuan ini adalah agar responden mengerti maksud dan tujuan penelitian yang akan dilaksanakan.

c. Tanpa nama

Dalam penelitian ini dituliskan nama inisial responden untuk menjaga kerahasiaan responden.

d. Kerahasiaan

Semua identitas dan hasil penelitian yang didapat akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti dan tidak disebarluaskan tanpa seijin yang bersangkutan.

G. Pengolahan Data

Pengolahan data pada penelitian ini akan dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

1. *Editing*

Editing merupakan kegiatan untuk pengecekan ulang dari hasil wawancara dan pengukuran yang diperoleh melalui kuesioner. *Editing* dilakukan ditempat pengumpulan data, sehingga jika ada data yang terlewat masih bisa dilengkapi, namun jika sudah tidak memungkinkan dilakukan wawancara kembali maka kuesioner tersebut dikeluarkan/*dropout* (Notoatmodjo, 2018). Data tersebut berupa data identitas responden, pengukuran tinggi badan, berat badan, dan hasil tes pengukuran biomotor.

2. *Coding*

Setelah semua kuesioner dilakukan editing, langkah selanjutnya yaitu dilakukan *coding*. *Coding* merupakan pengubahan data berbentuk kalimat atau huruf menjadi angka atau bilangan. *Coding* dilakukan untuk mempermudah dalam memasukkan data, (Notoatmodjo, 2018).

3. *Tabulating*

Tabulating merupakan proses penyusunan dan analisa data dalam bentuk tabel sesuai dengan tujuan penelitian (Notoatmodjo, 2018).

4. *Entry Data*

Entry data merupakan proses memasukkan data dalam bentuk kode yang dimasukkan melalui program *software* komputer yaitu aplikasi statistik SPSS (*Statistical Product Service Solutions*). Dalam proses ini dituntut ketelitian dari peneliti supaya hasil tidak bias (Notoatmodjo, 2018).

5. *Cleaning Data*

Cleaning data merupakan bagian pengecekan setelah semua data sudah di masukkan kedalam program. Pengecekan dilakukan agar tidak ada kesalahan dalam kode, ketidaklengkapan data, dan lain sebagainya (Notoatmodjo, 2018).

H. Analisis Data

Analisis data dilakukan menggunakan komputer dengan program SPSS. Analisis data yang dilakukan meliputi:

1. Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik dari setiap variabel penelitian. Bentuk analisis univariat tergantung dari jenis datanya (Notoatmodjo, 2018). Pada penelitian ini jenis data yang digunakan yaitu data numerik, dimana dalam mengolah data nantinya menggunakan nilai minimum, maksimum, rata-rata, dan standar deviasi yang mencakup hasil tes pengukuran biomotor.