

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penelitian adalah prosedur pengumpulan dan menganalisis fakta dengan tujuan yang ditentukan (Suyitno, 2018). Jenis penelitian ini adalah penelitian survei, sedangkan metodenya menggunakan deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian survei adalah penelitian yang mempelajari terhadap data yang dikumpulkan dari sampel yang biasanya diambil dari populasi (Primayenti, 2022).

Metode deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk menemukan nilai variabel independen atau lebih, tanpa menggambar perbandingan atau membangun koneksi dengan variabel lain. Pendekatan kuantitatif karna ditandai dengan data numerik di seluruh proses penelitian, termasuk pengumpulan data, interpretasi data, dan penyajian kesimpulan (Hulu, Telaumbanua, 2022).

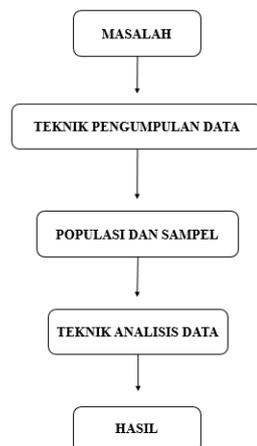
B. Desain Penelitian

Desain penelitian mengacu pada pengaturan khusus untuk mengumpulkan dan menganalisis data, sehingga dapat menyelaraskan tujuan penelitian secara efektif dengan metodologi penelitian (Leavy, 2017). Singkatnya menurut (Sudarmanto dkk., 2021) desain penelitian setidaknya-tidaknya berisi tentang:

1. Masalah penelitian yang jelas;
2. Teknik pengumpulan data;
3. Populasi yang akan diteliti;
4. Metode yang digunakan dalam memproses dan menganalisis data.

Berikut bagan penelitain yang penulis lakukan selama proses pembuatan Tugas Akhir ini.

Gambar III. 1 Desain Penelitian



C. Populasi dan Sampel

Berikut adalah populasi dan sampel yang peneliti tentukan dalam penelitian ini.

1. Populasi

Populasi mengacu pada kumpulan individu yang hidup berdampingan di lokasi tertentu secara terencana, dan itu merupakan kesimpulan dari suatu penelitian. Populasi dapat didefinisikan berupa karyawan, lembaga sekolah, masyarakat, perusahaan, dan sebagainya (Amin, Garancang, 2023).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh personel Unit PKP-PK Bandar Udara Internasional Yogyakarta yang berjumlah 72 (tujuh puluh dua) orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang berfungsi sebagai sumber utama data dalam suatu penelitian. Sederhananya, sampel adalah sebagian dari populasi (Amin, Garancang, 2023).

Sampel pada penelitian ini menggunakan rumus slovin. Penggunaan rumus slovin sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah Sampel

N = Jumlah Populasi

e = Nilai Presisi 10% (0,1)

Berdasarkan jumlah personel PKP-PK, maka:

$$n = \frac{72}{1+72 \cdot 0,1^2}$$

$$n = \frac{72}{1+72 \cdot 0,01}$$

$$n = \frac{72}{1,72} = 41,8$$

Dengan asumsi tidak semua personel memiliki kebugaran jasmani yang sama sehingga didapatkan sampel sebanyak 41,8. Lalu dilakukan pembulatan secara keseluruhan dan diperoleh sebanyak 42 orang Unit PKP-PK Bandar Udara Internasional Yogyakarta.

D. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

Berikut adalah teknik pengumpulan data dan instrumen penelitian yang digunakan.

1. Observasi

Observasi adalah suatu pemeriksaan yang dilakukan secara sistematis dan disengaja. Hal ini melibatkan penggunaan alat indra terutama mata untuk memeriksa dan memahami peristiwa yang terungkap secara langsung (Puspitasari, 2020).

Selama observasi, penulis mengamati kegiatan pelatihan fisik personel. Hasil pengamatan, kegiatan latihan fisik kurang terarah yang dapat dibuktikan ketika penulis mengikuti simulasi kerja, yaitu belum ada latihan fisik yang dilakukan secara terjadwal. Ini akan mempengaruhi kebugaran jasmani personel secara keseluruhan. Upaya yang dibutuhkan adalah tindakan identifikasi berupa analisis kebugaran jasmani personel berdasarkan data dari

hasil tes kesamaptaan jasmani dan data Indeks Massa Tubuh (BMI) personel yang dimulai pada Semester satu pelaksanaan April-Mei dan Semester dua pelaksanaan Oktober-November Tahun 2023.

2. Kuesioner

Kuesioner adalah pengumpulan data yang melibatkan penyajian serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab oleh mereka (Lubis dkk., 2024).

Kuesioner ini terdiri dari dua bagian. Bagian pertama adalah tentang identitas responden, bagian kedua adalah tentang lima pertanyaan kebutuhan latihan fisik. Hasil data kuesioner dianalisis menggunakan aturan skala Likert dengan pilihan jawaban dan skor perolehan sebagai berikut:

Tabel III. 1 Skor Skala Likert

Jawaban	Skor
Sangat tidak setuju	1
Tidak setuju	2
Setuju	3
Sangat setuju	4

Pertanyaan kuesioner ini dilakukan secara tertutup, artinya responden hanya menjawab pertanyaan dengan jawaban yang telah disediakan. Jawaban yang telah diterima kemudian mengkategorikan terhadap hasil persentase. Berikut kategori yang disajikan dalam bentuk tabel.

Tabel III. 2 Kategori Kuesioner

Persentase	Kategori
76% - 100%	Sangat Baik
56% - 75%	Baik
40% - 55%	Kurang Baik
< 40%	Tidak Baik

(Sumber: (Lubis, 2013))

3. Dokumentasi

Dokumentasi mengacu pada pengumpulan, penyortiran, analisis, dan penyimpanan informasi secara sistematis dalam bidang pengetahuan tertentu. Ini melibatkan pengumpulan dan pemberian bukti dari berbagai sumber, termasuk foto, kutipan, artikel surat kabar, dan bahan referensi lainnya (Lubis dkk., 2024).

Dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah dokumen mengenai kondisi kebugaran jasmani personel PKP-PK yang seharusnya (Kim, 2021).

E. Teknik Analisis Data

Analisis data melibatkan pengkategorian data menurut variabel dan jenis responden, mengatur data ke dalam tabel berdasarkan variabel dan semua responden, menyajikan data untuk setiap variabel yang dipelajari, melakukan perhitungan untuk mengatasi rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang diusulkan. Dalam pendekatan analisis data ini, penulis menggunakan analisis deskriptif, yaitu strategi yang digunakan untuk memeriksa data dengan menggambarkannya tanpa bertujuan untuk menarik kesimpulan yang luas atau membuat generalisasi (Lubis dkk., 2024). Peneliti menggunakan pendekatan analisis data yang mencakup tabulasi sederhana dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\text{Persentase} = \frac{f}{N} \times 100\% \text{ (Arikunto, 2003)}$$

Keterangan:

F = Frekuensi

N = Banyaknya individu

Untuk mendeskripsikan hasil analisis data kuesioner digunakan rumus sebagai berikut:

$$\text{Persentase} = \frac{\text{Frekuensi dari setiap jawaban}}{\text{Jumlah skor ideal}} \times 100\% \text{ (Riduwan, 2010)}$$

