

## BAB 3

### PROSEDUR PENELITIAN

#### 3.1 Metode Penelitian

Menurut Sugiyono, (2018) mengemukakan bahwa “Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu” (hlm. 2). Dalam sebuah penelitian, salah satu faktor yang harus diperhatikan untuk mendapatkan hasil yang maksimal adalah dengan menemukan metode penelitian yang tepat dan sesuai dengan permasalahan yang diteliti dan tujuan yang diharapkan penulis. Dalam melakukan penelitian memilih metode menjadi hal penting untuk keberhasilan pada penelitian itu sendiri. Perlu ketelitian dalam memilih metode penelitian sehingga hasil yang diperoleh sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. “Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan” (Sugiyono, 2018, hlm. 72)

Menurut Sugiyono, (2018) mengemukakan bahwa “terdapat beberapa bentuk desain eksperimen yang dapat digunakan dalam penelitian bisnis, yaitu: *pre-Eksperimental Design*, *True Eksperimental Desig*, *Factorial Design*, dan *Quasi Eksperimental Design*” (hlm. 73).

Jenis metode penelitian eksperimen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-Eksperimental Design*. Dikatakan *Pre-Eksperimental Design*, karena desain ini belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh. Karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen. Jadi hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen itu bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini dapat terjadi, karena tidak adanya variabel kontrol, dan sampel tidak dipilih secara random (Sugiyono, 2018, hlm. 74).

Dalam penelitian ini penulis ingin mengetahui dampak pemanasan dengan menggunakan permainan kecil terhadap minat belajar siswa. Variabel penelitian yang akan dikaji dibagi menjadi dua variabel utama, yaitu pemanasan dengan menggunakan permainan kecil (variabel X) dan minat belajar siswa (variabel Y).

### **3.2 Variabel Penelitian**

Menurut Sugiyono, (2018) mengemukakan bahwa “variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek, organisasi atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya” (hlm. 38). Dalam penelitian kali ini penulis menggunakan dua variabel penelitian, yaitu:

#### **3.2.1 Variabel Bebas (*Independent Variable*)**

Variabel bebas menurut Sugiyono, (2018) “variable bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel *dependen* (terikat)” (hlm 39). Variabel bebas yang digunakan penulis adalah berupa pemanasan dengan menggunakan permainan kecil.

#### **3.2.2 Variabel Terikat (*Dependen Variable*)**

Variabel terikat menurut Sugiyono, (2018) “variable terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas” (hlm. 39). Dalam penelitian ini variabel terikat yang digunakan oleh penulis adalah minat belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

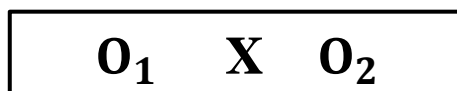
### **3.3 Desain Penelitian**

Dalam melakukan penelitian kuantitatif, salah satu langkah yang penting ialah membuat desain penelitian kemudian melaksanakannya dengan cermat. Selaras dengan hal tersebut, menurut Sujarweni, (2019) mengungkapkan “Tanpa

desain yang benar seorang peneliti tidak akan dapat melakukan penelitian dengan baik karena yang bersangkutan tidak mempunyai arah yang jelas” (hlm. 41).

Menurut Sugiyono (2014) mengemukakan bahwa “Desain penelitian harus spesifik, jelas, dan rinci, ditentukan secara mantap sejak awal, menjadi pegangan langkah demi langkah” (hlm. 23). Desain dalam penelitian ini menggunakan *One-Group Pretest-Posttest Design*. Desain penelitian dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 3.1 Desain Penelitian *One-Group Pretest-Posttest Design***



Sumber : (Sugiyono, 2018, hal 74)

Keterangan :

$O_1$  : Nilai pretest (Sebelum diberi diklat)

$X$  : Perlakuan

$O_2$  : Nilai posttest (Setelah diberi diklat)

Dalam desain ini terdapat satu kelompok atau satu kelas, yaitu kelas yang akan digunakan eksperimen. Kemudian, kelas eksperimen akan diberikan *pre-test* dan juga angket mengenai minat belajar untuk mengetahui keadaan awal, lalu setelah itu kelas eksperimen diberikan perlakuan menggunakan pemanasan dengan menggunakan permainan kecil. Setelah diberikan perlakuan diberi lagi *post-test* dan juga angket akhir tentang minat belajar untuk mengetahui perbedaan antar keadaan awal dan keadaan akhir.

### **3.4 Populasi dan Sampel**

#### **3.4.1 Populasi Penelitian**

Populasi menurut Sugiyono, (2018) “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya” (hlm. 80). Dari pernyataan diatas penulis menetapkan populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh peserta didik kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Cigugur sebanyak 30 siswa.

### 3.4.2 Sampel Penelitian

Sampel menurut Sugiyono, (2018) “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut” (hlm. 81). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik *Sampling Jenuh*, menurut Sugiyono (2017) “Sampling Jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel” (hlm. 124). Maka dari itu dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah seluruh siswa kelas XI IPA 1 dengan jumlah 30 siswa.

## 3.5 Teknik Pengumpulan Data

Menurut Sugiono (2018) “Langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan”. (hlm 224).

### 3.5.1 Interview (Wawancara)

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila ingin melakukan studi pendahuluan untuk menentukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila penelitian ingin mengetahui hal-hal dari responder yang lebih mendalam dan jumlah respondernya sedikit/kecil (Sugiyono, 2018, hal 137)

### 3.5.2 Kuesioner (Angket)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responder untuk dijawabnya (Sugiyono, 2018, hal 142)

### 3.5.3 Observasi (Pengamatan)

Menurut Sutrisno, dalam (Sugiyono, 2018) mengemukakan bahwa “Observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis” (hlm 145).

Berdasarkan uraian di atas, dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang paling tepat digunakan yaitu dengan menggunakan kuesioner (angket). Hal ini didasari karena penulis mempunyai dua alasan kuat. Pertama, karena variable penelitian yang akan diukur sudah jelas. Kedua, responder atau sampel penelitian yang akan di teliti jumlahnya cukup besar/banyak.

### **3.6 Instrumen Penelitian**

Meneliti adalah melakukan pengukuran, maka dari itu untuk melakukan pengukuran tentunya diperlukan alat yang disebut instrument penelitian. Sejalan dengan pengertian tersebut, “Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena ini disebut variabel penelitian” (Sugiyono, 2018, hlm. 102).

Dalam penelitian kuantitatif, kualitas instrument penelitian berkenaan dengan validasi dan reliabilitas instrument. Sedangkan kualitas pengumpulan data berkenaan dengan ketepatan cara-cara yang digunakan untuk mengumpulkan data. Oleh karena itu, instrument yang teruji validitas dan reliabilitas belum tentu dapat menghasilkan data yang valid dan reliable, apabila instrument tersebut tidak digunakan secara tepat dalam pengumpulan datanya. Instrumen dalam penelitian kuantitatif dapat berupa tes, pedoman wawancara, pedoman observasi, dan kuesioner (Sugiyono, 2016, hlm. 222).

Berdasarkan pernyataan tersebut, maka instrument penelitian yang akan penulis gunakan dalam penelitian ini adalah instrument penelitian kuesioner (angket).

#### **3.6.1 Alat Ukur**

Dalam penelitian ini alat ukur yang digunakan peneliti berbentuk kuesioner (angket), hal ini dikarenakan responder dapat meluapkan apa yang dirasakannya secara mandiri dengan obyektif dan cepat tanpa ada tekanan dan rasa takut dari siapapun. Mengenai pengertian kuesioner “Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat

pertanyaan dan pernyataan tertulis kepada responder untuk dijawabnya” (Sugiyono, 2017, hlm 199).

Dalam memaknai alternatif jawaban yang terdapat dalam angket, penulis menggunakan sekala pengukuran sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam setiap butir pertanyaan angket sehingga skor yang diperoleh responder jelas adanya. Data yang terkumpul dari angket berupa angka-angka yang dapat menunjukkan tentang minat belajar yang hendak diteliti. Sekala yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah dengan Sekala Likert. Mengenai sekala likert, “Sekala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial” (Sugiyono, 2017, hlm. 134).

Adapun kategori tingkat pengukuran, kategori jawaban terdiri dari 5 tingkatan. Untuk analisis secara kuantitatif, maka alternatif jawaban positif dapat diberi skor dari nilai 1 sampai 5. Sedangkan alternatif jawaban negative dapat diberi sekor dari nilai 5 sampai 1.

Berdasarkan penjelasan diatas maka penulis menetapkan kategori-kategori dan skor dalam bentuk table di bawah ini:

**Tabel 3.2 Kategori Penyekoran Alternatif Jawaban**

Alternatif Jawaban	Skor Alternatif Jawaban	
	Positif (+)	Negatif (-)
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Ragi-ragu (R)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Sumber : (Sugiyono, 2018, hlm. 93)

### 3.6.2 Kisi-kisi Instrumen

Kisi-kisi merupakan deskripsi mengenai ruang lingkup dan isi materi yang akan di ujikan. Tujuan penyusunan kisi-kisi ini adalah untuk memberi gambaran

secara menyeluruh mengenai angket yang akan digunakan, sehingga dapat mengetahui masalah-masalah yang akan diukur secara terperinci. Penulis menyusun rancangan kisi-kisi instrumen penelitian, supaya memberi gambaran secara menyeluruh mengenai angket yang akan digunakan. “Untuk memudahkan penyusunan instrument, maka perlu digunakan matriks pengembangan instrument atau kisi-kisi instrument” (Sugiyono, 2017, hlm. 149).

Berdasarkan pendapat tersebut maka penulis menyusun kisi-kisi pada penelitian ini untuk lebih jelasnya penulis tuangkan dalam bentuk tabel kisi-kisi instrument dibawah ini:

**Tabel 3.3 Kisi-kisi Angket Minat Belajar Pendidikan Jasmani  
Sebelum Uji Coba**

Variable	Indikator	No Soal	
		Positif	Negatif
Minat Belajar	Perasaan Senang	1,3,5,8,9,11,1 3,14	2,4,6,7,10, 12,15
	Keterlibatan Siswa	16,18,19,21,2 3,24,26,27,29	17,20,22,25, 28, 30
	Ketertarikan	31,33,34,35,3 7,39,42,44	32,36,38,40, 41,43,45
	Perhatian Siswa	46,49,50,52,5 5,56,58,59,60	47,48,51,53, 54,57

### 3.6.3 Uji Coba Instrumen

Setelah angket tersusun dengan benak yang telah direncanakan sebelumnya, maka selanjutnya harus diuji cobakan kepada responder (selain sample penelitian) untuk mengukur tingkat validitas dan reliabilitas dari setiap butir soal yang diajukan menjadi instrument penelitian.

Hal ini selaras dengan pernyataan dari Arikunto, (2014) mengemukakan bahwa, “Instrumen yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting yaitu valid dan reliabel” (hlm. 160). Artinya suatu instrument atau alat pengumpul data yang tidak baku maka harus mengukur kesahihan dan tingkat kepercayaan untuk

mengungkap data dari variabel yang tepat agar dapat di terima sebagai alat ukur dalam penelitian yang akan di lakukan. Karena apabila kita melakukan sebuah penelitian dan menggunakan alat ukur atau instrument yang tidak relevan, maka hasil dari penelitian yang dilakukan juga tidak relevan.

Berdasarkan uraian diatas, maka uji coba instrument adalah penting dilakukan untuk mengetahui tingkat validitas instrumen. Adapun langkah-langkah uji validitas yaitu dengan uji validitas butir tes dengan metode planagan sebagai berikut :

1. Uji coba angket terhadap 30 responden yang berbeda dengan sampel penelitian, tetapi setingkat.
2. Hasil tes di ranking, selanjutnya diambil 27% dari kelompok atas dan 27% kelompok bawah.
3. Cari nilai rata-rata dari masing-masing kelompok tes ( $\bar{X}_A, \bar{X}_B$ )
4. Cari setandar deviasi dan variansi masing-masing keompok tes ( $S_A$  dan  $S_B$  serta  $S_A^2$  dan  $S_B^2$ ).
5. Mencari nilai rata-rata dan standar deviasi bisa menggunakan aplikasi kalkulator.
6. Cari nilai  $t^I$ , hitung dengan rumus:

$$t^I = \frac{\bar{X}_A - \bar{X}_B}{\sqrt{\frac{S_A^2}{n_A} + \frac{S_B^2}{n_B}}}$$

Keterangan :

$X_a$  = Nilai Rata-rata Atas

$X_b$  = Nilai Rata-rata Bawah

$SA^2$  = Nilai Variansi Atas

$SB^2$  = Nilai Variansi Bawah

7. Cari nilai  $t^I$  tabel dengan  $X=0,05$  dan  $dk=n_A + n_B - 2$  yaitu  $t_{0,975}(14) = 2,14$  sebagai pembanding
8. Bandingkan nilai t hitung denga t tabel.



Apabila  $t^I$  hitung lebih besar dari  $t^I$  tabel berarti valid dan apabila  $t^I$  hitung lebih kecil dari  $t^I$  tabel atau samadengan, tidak valid.

Berdasarkan hasil uji validitas dari setiap item pernyataan, peneliti memperoleh hasil bahwa dari semua item pernyataan yang di jadikan untuk penelitian memperoleh hasil sebagai berikut :

**Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas**

No Soal	t hitung	Ket	No Soal	t hitung	Ket
1	7,86	Valid	31	7,06	Valid
2	5,00	Valid	32	6,43	Valid
3	7,78	Valid	33	3,33	Valid
4	4,23	Valid	34	5,91	Valid
5	6,82	Valid	35	5,00	Valid
6	7,01	Valid	36	4,17	Valid
7	11,07	Valid	37	2,73	Valid
8	8,82	Valid	38	5,00	Valid
9	4,17	Valid	39	5,21	Valid
10	9,41	Valid	40	3,78	Valid
11	10,59	Valid	41	4,74	Valid
12	9,00	Valid	42	8,33	Valid
13	7,01	Valid	43	5,89	Valid
14	7,01	Valid	44	7,33	Valid
15	5,83	Valid	45	∞	Valid
16	7,50	Valid	46	4,58	Valid
17	6,25	Valid	47	5,00	Valid
18	3,75	Valid	48	3,19	Valid
19	7,86	Valid	49	5,83	Valid
20	5,33	Valid	50	6,43	Valid
21	7,86	Valid	51	7,86	Valid
22	7,86	Valid	52	6,82	Valid
23	7,86	Valid	53	7,50	Valid
24	6,43	Valid	54	9,41	Valid
25	5,21	Valid	55	7,23	Valid
26	∞	Valid	56	10,0	Valid
27	14,12	Valid	57	9,05	Valid
28	5,15	Valid	58	13,57	Valid
29	8,24	Valid	59	4,67	Valid
30	∞	Valid	60	7,06	Valid

### 3.7 Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif, analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responder ataupun sumber data lain terkumpul. Data mentah yang diperoleh dari proses penyebaran angket tidak dapat berguna jika tidak di analisis oleh penulis. Selaras dengan pernyataan diatas. Menurut Sujarweni, (2019) “Analisis data diartikan sebagai upaya data yang sudah tersedia kemudian diolah dengan statistik dan dapat digunakan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian” (hlm. 103). Artinya dengan teknik analisis data, penulis dapat melaksanakan analisis terhadap data dengan tujuan mengolah data tersebut untuk dapat menjawab rumusan masalah.

Adapun kegiatan dalam analisi data adalah mengelompokan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan (Sugiyono, 2018, hlm 147).

Langkah-langkah yang dilakukan untuk menguji diterima atau ditolaknya hipotesis, dalam pengelolaan data penulis menggunakan statistika dari buku yang ditulis oleh (Narlan Abdul, 2018): dibawah ini dengan menggunakan rumus rumus statistika sebagai berikut:

#### 3.7.1 Membuat Distribusi Frekuensi

Menghitung skor rata-rata dari masing-masing tes, dengan rumus yang

digunakan  $\bar{X} = \frac{\sum fix}{n}$

$\bar{X}$  = Nilai rata-rata yang dicari

$\sum$  = Sigma atau jumlah

$fi$  =Frekuensi

$n$  = Jumlah sampel

### 3.7.2 Menghitung Standar Deviasi atau Simpangan Baku

Menghitung standar deviasi atau simpangan baku dengan rumus sebagai

berikut: 
$$S = p \sqrt{\frac{n \cdot \sum f_i C_i^2 - (\sum f_i C_i)^2}{n(n-1)}}$$

### 3.7.3 Menghitung Varians

Menghitung varians dari masing-masing tes, rumus yang digunakan adalah

sebagai berikut : 
$$S^2 = p^2 \left\{ \frac{\sum f_i C_i^2 - (\sum f_i C_i)^2}{n(n-1)} \right\}$$

### 3.7.4 Menguji Normalitas

Menguji normalitas data dengan pendekatan uji *chi kuadrat* dengan langkah sebagai berikut:

- 1) Hitung nilai rata-rata ( $\bar{X}$ ) dan simpangan baku ( $S$ ) dari variabel tersebut
- 2) Tentukan batas kelas untuk tiap-tiap kelas interval ( $X$ ).
- 3) Hitung nilai  $Z$  masing-masing batas kelas interval dengan rumus 
$$Z = \frac{X - \bar{X}}{S}$$
- 4) Tentukan luas daerah tiap kelas interval dengan bantuan tabel F (nilai-nilai  $Z$ ).
- 5) Hitung frekuensi yang diharapkan ( $E_i$ ) dari masing masing kelas interval dengan cara mengalikan prosentase Luas daerah tiap interval dengan jumlah orang coba/peristiwa ( $N$ ).
- 6) Memasukan frekuensi hasil observasi ( $O_i$ ) kedalam tiap kelas interval sesuai dengan hasil observasi.
- 7) Menghitung nilai  $X^2$  dari masing-masing kelas interval dengan rumus 
$$\frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$
- 8) Hitung nilai  $X^2$  dengan cara menjumlahkan nilai-nilai  $X_1^2$  dari masing-masing kelas interval

$$X^2 = \sum \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

- 9) Menghitung  $dk = k - 3$
- 10) Menentukan besarnya nilai  $X^2$  tabel pada  $dk$  dengan  $X^2_{0.95}(dk)$  atau  $X^2_{0.99}(dk)$
- 11) Membandingkan nilai  $X^2$  hitung dengan  $X^2$  tabel pada  $dk$  ybs.
- 12) Kesimpulan:

Apabila nilai  $X^2$  hitung lebih kecil dari nilai  $X^2$  tabel dengan  $X^2_{0.95}(dk)$  atau  $X^2_{0.99}(dk)$  maka distribusi tersebut normal. Apabila nilai  $X^2$  hitung lebih besar dari nilai  $X^2$  tabel dengan  $X^2_{0.95}(dk)$  atau  $X^2_{0.99}(dk)$  maka distribusi tidak normal.

### 3.7.5 Menguji Homogenitas

Menguji homogenitas dari data setiap tes melalui penghitungan dengan rumus yang digunakan adalah :

$$F = \frac{S_1^2}{S_2^2} = \frac{\text{Varians terbesar}}{\text{Varians terkecil}}$$

Kriteria pengujian dengan distribusi F dengan taraf nyata  $\alpha = 0,05$  dan  $dk = n - 1$ . Apabila nilai  $F_{hitung}$  lebih kecil atau sama dengan  $F_{tabel}$  distribusi  $F \leq F_{1/2, \alpha(v_1, v_2)}$  maka data dari kelompok tes itu homogen.  $F_{1/2, \alpha(v_1, v_2)}$  didapat dari daftar distribusi F dengan peluang  $\frac{1}{2}\alpha$ . Sedangkan derajat kebebasan  $(dk) V_1$  dan  $V_2$  masing-masing sesuai dengan  $dk$  pembilang dan  $dk$  penyebut  $= n$ .

### 3.7.6 Uji Hipotesis

Menguji diterima atau ditolaknya hipotesis yang dilakukan melalui pendekatan uji kesamaan kedua rata-rata uji satu pihak (uji t), dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$t^I = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

Keterangan :

$t^I$  = Nilai t yang dicari

$\bar{X}_1$  = Nilai rata-rata variabel 1

$\bar{X}_2$  = Nilai rata-rata variabel 2

$S_1^2$  = Variansi variabel 1

$S_2^2$  = Variansi variabel 2

Kriteria pengujian adalah terima hipotesis ( $H_0$ ) jika  $t' = \frac{w_1 t_1 + w_2 t_2}{w_1 + w_2}$  dimana  $-t(1 - \alpha)$  didapat dari distribusi  $t$  dengan derajat kebebasan. (dk) =  $n - 1$  taraf nyata  $\alpha = 0,05$  dan peluang  $(1 - \alpha) = 0,05$  % atau tingkat kepercayaan 95%. Untuk harga  $t$  lainnya hipotesis ditolak.

### 3.8 Langkah-langkah Penelitian

#### 3.8.1 Tahap Persiapan

- 1) Menemukan masalah;
- 2) Mengajukan judul penelitian;
- 3) Menyusun proposal penelitian;
- 4) Menyusun instrument;
- 5) Uji validitas;
- 6) Membuat surat pengantar penelitian dari FKIP UNSIL Tasikmalaya;
- 7) Meminta izin kepada Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Cigugur.

#### 3.8.2 Tahap Pelaksanaan

- 1) Memberikan tes awal (pre-test) dan angket awal untuk mengetahui keadaan awal siswa;
- 2) Menerapkan pemanasan dengan menggunakan permainan kecil dalam 9 kali pertemuan dengan materi permainan dan bola besar (1 KD)

