

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Metode Penelitian**

Metode adalah suatu cara yang bisa digunakan untuk menempuh atau mencapai suatu tujuan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan atau mengungkapkan, mengumpulkan data serta memecahkan permasalahan yang sudah diambil dengan cara-cara atau metode tertentu sesuai dengan prosedur penelitian. Menurut Arikunto (2010, hlm.2013) “metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya”.

Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, Sugiyono (2015, hlm.107) menjelaskan “penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali”. Sedangkan Lutan dkk (2014, hlm.146) “penelitian eksperimen hanya jenis penelitian yang langsung berusaha untuk mempengaruhi variable utama dan jenis penelitiannya yang benar-benar dapat menguji hipotesis tentang hubungan sebab akibat”. Metode ini digunakan atas dasar bahwa sifat penelitian eksperimen yaitu mencobakan sesuatu untuk mengetahui pengaruh atau akibat dari suatu perlakuan atau treatment.

Metode penelitian eksperimen adalah sebuah metode percobaan dengan tujuan menyelidiki sesuatu hal atau masalah yang diambil sehingga memperoleh hasil. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa metode penelitian eksperimen adalah metode percobaan untuk menyelidiki terhadap suatu masalah yang diteliti sehingga mendapatkan hasil.

#### **3.2 Lokasi, Populasi, dan Sample Penelitian**

##### **3.2.1 Lokasi**

Lokasi untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh latihan *drill* menggunakan rintangan terhadap hasil pukulan *overhead clear backhand* atlet bulutangkis PB Tunas Perkasa Subang di GOR Serbaguna Subang. Objek penelitian ini adalah atlet bulutangkis PB Tunas Perkasa Subang.

### 3.2.2 Populasi

Populasi adalah keseluruhan/totalitas subjek dalam penelitian, (Arikunto, 2006: 130). Jadi sesuai dengan kutipan tersebut maka yang dimaksud dengan populasi adalah sekumpulan unsur yang akan diteliti, seperti sekumpulan individu, sekumpulan keluarga, dan ke seluruhnya lainnya. Dari sekumpulan unsur tersebut diharapkan akan memperoleh informasi yang dapat memecahkan masalah penelitian. Dari sekumpulan unsur tersebut diharapkan akan memperoleh informasi yang dapat memecahkan masalah penelitian.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat digambarkan bahwa populasi merupakan keseluruhan subyek penelitian tempat diperolehnya informasi yang dapat berupa individu maupun kelompok. Dalam penelitian ini populasinya adalah atlet PB Tunas Perkasa Subang yang berjumlah 46 orang.

### 3.2.3 Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti Arikunto, (2006 : 131). Pada penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang penulis gunakan adalah dengan menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan dan kriteria tertentu (Sugiyono, 2017). Alasan menggunakan *purposive sampling* karena tidak semua atlet PB. Tunas Perkasa memenuhi kriteria yang akan peneliti lakukan. Berdasarkan pendapat tersebut, maka penentuan Sampel dalam penelitian ini adalah atlet PB. Tunas Perkasa berjumlah 12 orang.

Berdasarkan pendapat tersebut, maka penentuan Sampel dalam penelitian ini adalah atlet PB Tunas Perkasa Subang berjumlah 12 orang dengan pertimbangan pertimbangan sebagai berikut :

1. Sampel tersebut merupakan atlet yang terdaftar dalam anggota PBSI yang mempunyai SI di PB Tunas Perkasa Subang.
2. Sampel tersebut merupakan atlet yang aktif mengikuti latihan dan berusia 14 dan 15 (kelompok umur pemula) yang terdaftar dalam anggota PB Tunas Perkasa Subang.

Pelaksanaan dilakukan dengan cara memberikan treatment dengan memberi latihan drill menggunakan rintangan.

### 3.3 Desain Penelitian

Untuk mendapatkan penelitian agar berjalan dengan baik diperlukan langkah-langkah ataupun desain yang baik. Hal ini dilakukan agar arah penelitian tidak keluar dari yang sudah ditetapkan serta hasil dari penelitian dapat tercapai sesuai yang diharapkan. Desain penelitian adalah perencanaan untuk pelaksanaan penelitian, yang membantu penelitian dalam pengumpulan dan menganalisis data.

Penelitian eksperimen mempunyai berbagai macam desain. Penggunaan desain tersebut, disesuaikan dengan aspek penelitian masalah yang ingin diungkapkan. Dengan hal tersebut, maka penulis menggunakan *One Group Pretest and Posttest Design* sebagai desain penelitiannya.

Dalam desain ini, kemudian diadakan tes awal atau *pretest*. Kemudian sampel diberikan perlakuan atau *treatment*. Setelah masa perlakuan berakhir, maka dilakukan tes akhir atau *posttest*. Menurut Sugiyono (2015, hlm.111) dapat digambarkan sebagai berikut :

Tabel 3.1 Desain Penelitian Skema *One Group Pre Test-Post Test Design*

<i>Pre Test</i>	<i>Treatment</i>	<i>Post Test</i>
T <sub>1</sub>	X	T <sub>2</sub>

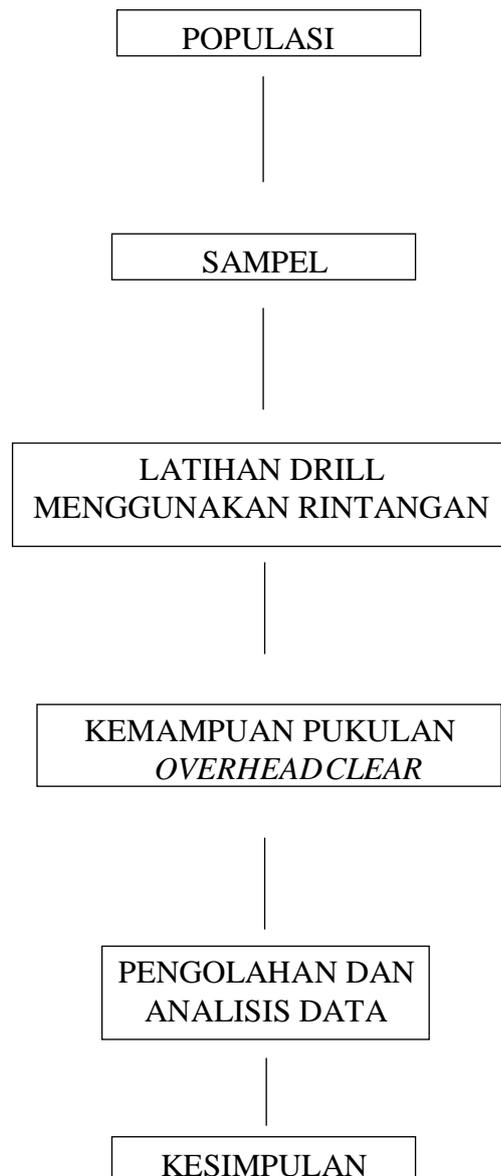
T<sub>1</sub> : Tes awal (*Pre Test*) dilakukan sebelum diberikan perlakuan (*Treatment*).

X : Perlakuan (*Treatment*) diberikan latihan *drill* menggunakan rintangan

T<sub>2</sub> : Tes akhir (*Post Test*) dilakukan setelah diberikan perlakuan.

Dalam desain penelitian ini, tes awal (T<sub>1</sub>) bermaksud untuk mengukur ketepatan pukulan backhand, (X) bermaksud sebagai *treatment* (metode latihan), sedangkan tes akhir (T<sub>2</sub>) bermaksud untuk mengukur ketepatan pukulan backhand. Setelah diberikannya *treatment* berupa latihan *drill* menggunakan rintangan yang bertujuan untuk melihat peningkatan ketepatan atau hasil dari *treatment* tersebut.

Tabel 3.2 Langkah-langkah Penelitian



### 3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Arikunto, 2006 : 160). Penelitian berbentuk metode eksperimen, jadi peneliti menggunakan tes dan pengukuran serta observasi tujuannya untuk menentukan seberapa besar pengaruh latihan drill menggunakan rintangan terhadap hasil pukulan *overhead clear* backhand atlet bulutangkis. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk pengambilan data yaitu tes kemampuan memukul lob (clear

Wildan Nursyamsudin, 2023

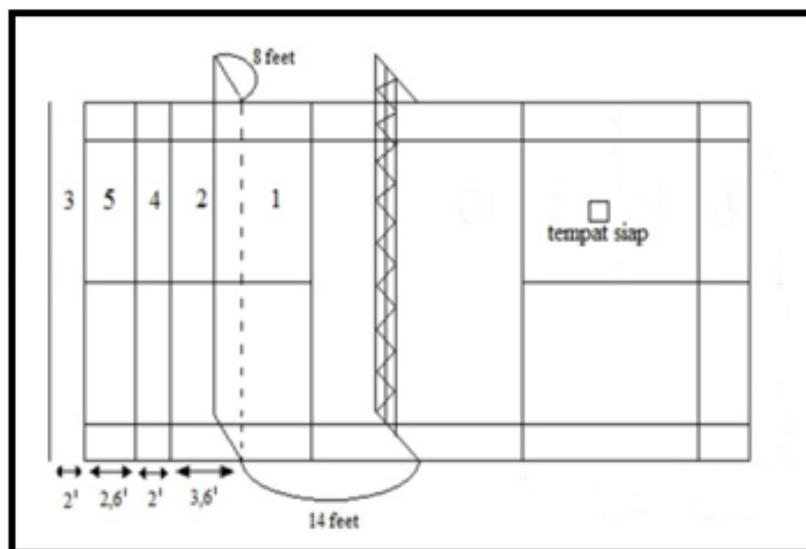
**PENGARUH LATIHAN DRILL MENGGUNAKAN RINTANGAN TERHADAP KETEPATAN PUKULAN OVERHEAD CLEAR BACKHAND ATLET BULUTANGKIS**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

test). Tes lob ini menurut French (dalam Aji, 2018: 55) dengan *kriterion ranking* setengah kompetisi mempunyai validitas sebesar 0,60, sedangkan reliabilitas sebesar 0,98 diperoleh dengan cara metode genap ganjil. Tujuannya untuk menentukan hasil ketepatan memukul *shuttlecock* dengan pukulan *overhead clear backhand*.

Adapun prosedur pelaksanaan tes sebagai berikut:

- A. Testee berdiri di petak servis sebelahkanan dengan memegang raket siap melakukan pukulan *overhead clear backhand*.
- B. Pengumpan yang terlatih mengumpankan *shuttlecock* tersebut dengan arah lurus serta *shuttlecock* harus melewati tali yang direntangkan setinggi 14 feet dari tiang net.
- C. Pukulan lob dilakukan ke arah belakang petak sasaran sebanyak 20 kali.
- D. Sebelum *shuttlecock* dipukul oleh pengumpan, testee tidak diperkenankan bergerak terlebih dahulu, dan setelah memukul harus kembali ke tempat semula.
- E. Selama eksperimen, instruktur memberi informasi kepada sampel setiap 10 kali pukulan sekali.
- F. Mencatat hasil berupa jumlah skor yang didapat tiap testee.



Gambar 3.1 Tes Kemampuan *Lob French*  
(Sumber: Aji, 2018, hlm. 55))

Tabel 3.3 Kriteria Penilaian (Sumber : Rahadian, 2016)

No	Kriteria	Skor
1	Tidak Baik	1
2	Kurang Baik	2
3	Sedang	3
4	Baik	4
5	Sangat Baik	5

### 3.5 Sistematika Penilaian Tes

Nama Tes : Tes pukulan *overhead clear backhand*

Tujuan : Untuk menentukan hasil ketepatan memukul *shuttlecock* dengan pukulan *overhead clear backhand*

Alat Tes : Lapangan bulutangkis, meteran, format pengesanan, rapia dan alat tulis.

Tempat : Gor Serbaguna Subang

Pelaksanaan Tes : Dilaksanakan sebelum dan sesudah *treatment* diberikan.

Pelaksanaan Tes:

1. Testi diberi arahan mengenai pelaksanaan tes yang akan dilakukan
2. Melakukan pemanasan 15 menit kemudian testi bersiap-siap
3. Testi dipanggil satu persatu untuk melakukan tes
4. Testi berdiri di posisi daerah tengah lapangan.
5. Testi mulai melakukan pukulan *overhead clear backhand* dan diletakan nilai dari luar kedalam yaitu 2, 3, 4, 5. Sebaliknya apabila pukulan *overhead clear backhand* tidak masuk kedaerah sasaran tidak diberikan nilai. Pukulan *overhead clear backhand* yang jatuh pada daerah garis sasaran dianggap masuk daerah sasaran yang bernilai lebih tinggi. Dari 20 kali percobaan tersebut, kemudian dijumlahkan. Jumlah ini merupakan skor *clear shoot teste*.
6. Testi kembali ke posisi daerah menerima *service* ketika mencapai arah terakhir.
7. Testi diberikan 20 kali kesempatan memukul *shuttlecock*.
8. Mencatat hasil berupa jumlah skor masing-masing testi.

### 3.6 Prosedur Penelitian

Untuk mengetahui secara kronologis langkah-langkah penelitian yang akan dilakukan, maka harus dijelaskan secara rinci bagaimana prosedur penelitian ini dilakukan yaitu:

- 3.6.1 Menentukan populasi yaitu atlet PB Tunas Perkasa Subang.
- 3.6.2 Menentukan sampel yaitu sebagian dari anggota populasi PB Tunas Perkasa Subang. Penulis menggunakan purposive sampling, sampel dalam penelitian ini berjumlah 12 orang.
- 3.6.3 Menyiapkan surat perizinan untuk melaksanakan penelitian kepada ketua PB Tunas Perkasa Subang.
- 3.6.4 Meminta surat balasan dari ketua PB Tunas Perkasa Subang.
- 3.6.5 Tes awal (pre-test) dengan menggunakan tes pukulan overhead clear backhand, yang bertempat di Gor Serbaguna Subang. Bentuk tes dapat dilihat pada gambar 3.1.
- 3.6.6 Treatment diberikan dengan menggunakan latihan drill menggunakan rintangan dengan repetisi yang telah ditentukan dalam program latihan, dilakukan sebanyak 13 pertemuan. Latihan sebanyak 3 kali seminggu pada hari senin, kamis dan sabtu.

Hal ini ditunjang dari penelitian sebelumnya oleh Bompa (1990, hlm. 86) mengatakan bahwa “Siswa (atlet) berlatih 3 kali dalam seminggu, tergantung dari keterlibatannya dalam olahraga”. Latihan yang dilakukan dalam waktu yang lama pada setiap kali latihan belum tentu dapat meningkatkan kemampuan atau keterampilan atlet.

### 3.7 Pengujian Hipotesis Penelitian

Analisis data adalah proses menyeleksi, memfokuskan, menyederhanakan, mengabstraksikan, mengorganisasikan secara urut dan rasional untuk menampilkan bahan-bahan yang dapat digunakan untuk menyusun jawaban terhadap tujuan penelitian yang diuji (Mustafa et al., 2020). Data hasil penelitian diolah dan dianalisis untuk menguji hipotesis penelitian. Tujuan analisis data untuk menyederhanakan data ke dalam bentuk yang dapat dimengerti dan ditafsirkan. Berikut merupakan penjabaran untuk masing-masing uji, yaitu :

1. Deskripsi statistik: memuat data statistik penelitian yang akan berisikan jumlah sampel, jumlah data, nilai minimum, nilai maximum, nilai rata-rata dan nilai standar deviasi.
2. Uji Normalitas dilakukan guna mengetahui pendekatan mana yang digunakan dalam melakukan uji hipotesis, uji normalitas menggunakan Shapiro wilk.
3. Uji hipotesis; dilakukan guna menjawab rumusan masalah penelitian, jika data penelitian berdistribusi normal maka menggunakan pendekatan parametrik yaitu uji Paired Sample t-Test dan Independent t-Test jika data penelitian tidak berdistribusi normal maka menggunakan pendekatan non- parametrik yaitu uji Wilcoxon Test. Pada penelitian ini, data dinyatakan normal, maka menggunakan pendekatan uji Paired Sample t-Test.