

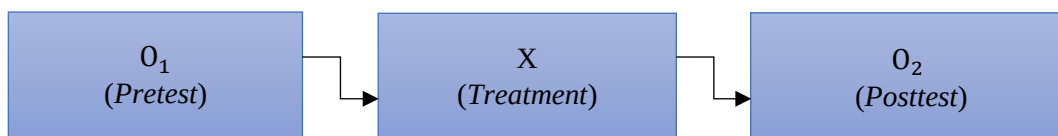
BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Metode penelitian digunakan untuk menunjukkan kebenaran dan keabsahan saat penelitian dilakukan. Meninjau kembali latar belakang yang telah diuraikan, penelitian ini mengkaji bagaimana keefektivitasan *Muaythai* Aerobik, maka dari itu penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode eksperimen memungkinkan pengukuran perubahan kualitas menari secara objektif berdasarkan indikator yang jelas, seperti kekuatan, kelincahan dan kelenturan dalam gerakan. Ary, Jacobs, & Sorensen (2010) dalam (Waruwu et al., 2025) menjelaskan jika pendekatan kuantitatif merupakan suatu proses sistematis yang melibatkan pengumpulan data numerik untuk menjawab pertanyaan penelitian dan menguji hubungan antar variabel.

Jenis penelitian *pre-experimental* adalah salah satu jenis eksperimen dalam penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui dampak dari suatu perlakuan (*treatment*) terhadap subjek penelitian. Desain penelitiannya adalah *one group pretest-posttest design* dimanfaatkan untuk melihat dampak awal dari suatu perlakuan terhadap subjek penelitian, terutama dalam kondisi yang tidak memungkinkan penerapan kontrol secara menyeluruh, seperti ketiadaan randomisasi atau kelompok kontrol. Fokus utamanya adalah mengamati perbedaan yang muncul setelah perlakuan diberikan, menilai efektivitas awal dari suatu pendekatan atau metode, serta memberikan landasan bagi pelaksanaan penelitian lanjutan yang lebih kompleks.



Gambar 3.1 One Group Pretest-Posttest Design

Keterangan :

O_1 : Nilai *pre-test* (sebelum *treatment*)

X : *Treatment* (perlakuan yang diberikan)

O_2 : Nilai *post-test* (setelah *treatment*)

3.2 Partisipan dan Lokasi Penelitian

3.2.1 Partisipan Penelitian

Penelitian ini melibatkan siswa kelas VIII di SMP Negeri 5 Bandung yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Sebanyak 10 siswa dipilih sebagai subjek penelitian menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria tertentu, yaitu: (1) merupakan siswa aktif kelas VIII; (2) rutin mengikuti kegiatan ekstrakurikuler; (3) bersedia berpartisipasi dalam seluruh tahapan penelitian, dan; (4) tidak memiliki gangguan fisik. Selain siswa, penelitian ini juga melibatkan 1 orang guru seni budaya sekaligus guru seni tari serta 1 orang pembina ekstrakurikuler sebagai partisipan pendukung yang memiliki peran penting dalam keberhasilan kegiatan. Guru seni tari berperan dalam memberikan arahan artistik.

Sementara itu, pembina ekstrakurikuler turut bertanggung jawab dalam koordinasi teknis kegiatan, pengawasan pelaksanaan, serta memastikan kedisiplinan dan partisipasi aktif siswa selama proses berlangsung. Keduanya secara aktif memberikan penilaian terhadap perubahan tingkat apresiasi seni siswa, baik melalui observasi langsung maupun melalui diskusi dengan peneliti. Di sisi lain, keterlibatan siswa sebagai subjek utama menjadi pusat perhatian dalam penelitian ini, mengingat merekalah yang mengalami langsung proses pembelajaran dan eksplorasi antara gerak *Muaythai* dan seni tari. Peneliti pun tidak hanya bertindak sebagai pengamat, tetapi juga berperan aktif dalam merancang, mengarahkan, dan mengevaluasi kegiatan agar sesuai dengan tujuan penelitian, sambil menjaga komunikasi intensif dengan guru dan pembina untuk memperoleh data yang akurat dan relevan.

3.2.2 Lokasi Penelitian

Tempat penelitian adalah lokasi dimana peneliti melakukan dan mengambil data dalam suatu penelitian. Jl. Sumatera No.40, Merdeka, Kec. Sumur Bandung, Kota Bandung, Jawa Barat 40113 merupakan lokasi dari SMPN 5 Bandung yang akan digunakan dalam penelitian ini. Pemilihan sekolah ini didasarkan pada latar

belakang peneliti yang aktif sebagai pelatih ekstrakurikuler tari di SMPN 5 Bandung, sehingga memiliki pengalaman langsung dalam berinteraksi dengan siswa serta memahami proses pembelajaran seni di lingkungan nonformal. Peneliti juga melihat bahwa *Muaythai* Aerobik memiliki potensi sebagai kegiatan fisik yang tidak hanya mendukung kebugaran jasmani, tetapi juga mengandung unsur estetika gerak yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan apresiasi seni siswa melalui metode pembelajaran yang kreatif dan menyenangkan dalam konteks ekstrakurikuler.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1 Populasi Penelitian

Pada penelitian ini, populasi yang di jadikan sasaran merupakan seluruh anggota Ekstrakurikuler seni tari di SMPN 5 Bandung tahun ajaran 2024/2025. Jumlah keseluruhan ekstrakurikuler seni tari tersebut mencapai 36 orang. Pemilihan populasi ini di dasarkan pada relavansi dengan tujuan penelitian, yaitu mengkaji materi *Muaythai* Aerobik untuk meningkatkan apresiasi seni siswa. Berikut ciri-ciri populasi yang akan dipilih dalam penelitian ini.

1. Terlibat atau berpotensi mengikuti kegiatan *Muaythai* Aerobik.
2. Memiliki minat terhadap seni gerak, olahraga, atau kegiatan ekstrakurikuler berbasis fisik.
3. Berada dalam jenjang kelas VII dan VIII, serta aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler sekolah dengan melibatkan 10 siswa.

3.3.2 Sampel Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* sebagai metode pemilihan sampel. *Purposive sampling* adalah jenis teknik pengambilan sampel non-probabilitas yang dilakukan secara sengaja berdasarkan tujuan dan kriteria tertentu yang sesuai dengan fokus penelitian. Pemilihan sampel tidak dilakukan secara acak, melainkan didasarkan pada pertimbangan bahwa subjek tersebut memiliki keterlibatan langsung, pengalaman, dan relevansi tinggi terhadap fenomena yang diteliti.

Pemilihan sampel dalam penelitian ini difokuskan pada 10 siswa SMPN 5 Bandung yang aktif dalam mengikuti ekstrakurikuler seni tari. Para siswa ini dipilih karena mereka merupakan individu yang paling sesuai untuk mengamati pengaruh integrasi *Muaythai* Aerobik ke dalam materi ekstrakurikuler seni terhadap peningkatan apresiasi seni siswa. Selain itu, dua orang dewasa, yaitu guru seni budaya dan pembina ekstrakurikuler seni tari, juga dilibatkan sebagai partisipan pendukung untuk memberikan penilaian, pengawasan, serta penguatan data melalui observasi dan wawancara.

Tabel 3.1 Nama Siswa Sampel Penelitian

No.	Nama	NIS	Inisial
1.	Selena Rayya Yashira	0109477784	SRY
2.	Tiara Callula Bianca The	0104207180	TCBT
3.	Afifa Fitria Wirakusumah	0111155309	AFW
4.	Kirana Almira Rafsanjani	0114799646	KAR
5.	Khalfani Hayfa Azka	0115769122	KHA
6.	Scientia Cataleya Mumtaz	0129587898	SCM
7.	Bianca Khanza Aurelia	0113717957	BJA
8.	Amira Salsabila	0129584075	AS
9.	Friza Hanania	242507166	FH
10.	Lovely Kayladiva Setiawan	232407194	LKS

Penelitian ini melibatkan guru pembimbing ekstrakurikuler, yaitu peneliti sendiri, serta guru seni di SMPN 5 Bandung, Ibu Febirianti K. Putri, S.Sn. Kedua subjek dipilih karena keterlibatan aktif mereka dalam kegiatan ekstrakurikuler *Muaythai* Aerobik serta pengetahuan mereka mengenai apresiasi seni siswa. Oleh karena itu, keduanya dianggap mampu memberikan informasi yang relevan dan mendalam sesuai dengan kebutuhan penelitian.

3.4 Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

3.4.1 Instrumen Penelitian

Instrumen merupakan alat bantu bagi peneliti di dalam menggunakan metode pengumpulan data. Pemilihan satu jenis metoda pengumpulan data biasanya dapat

memerlukan lebih dari satu jenis instrumen. Sebaliknya satu jenis instrumen dapat digunakan untuk berbagai jenis metode (Firdaus, 2010). Menurut Sugiyono (2013), instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamat. Tujuan penggunaan instrumen penelitian ialah untuk mempermudah peneliti dalam mengumpulkan serta memaparkan data-data yang telah dikumpulkan sehingga dapat mencapai tujuan dalam penelitian tersebut.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tiga jenis instrumen utama untuk mengumpulkan data, yaitu: lembar observasi, pedoman wawancara, dan tes praktik, yang dirancang untuk mengukur perubahan dan perkembangan apresiasi seni siswa setelah mengikuti kegiatan *Muaythai* Aerobik. Berikut penjelasannya:

3.4.1.1 Observasi

Instrumen observasi adalah alat yang digunakan untuk mengamati dan mencatat data secara sistematis berdasarkan indikator tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Dalam konteks penelitian ini, instrumen observasi dirancang untuk mengukur perubahan dan perkembangan kualitas menari mahasiswa setelah mengikuti pembelajaran olah tubuh *Muaythai* Aerobik. Dalam penelitian ini, narasumber yang ideal untuk diwawancarai adalah individu yang memiliki keterlibatan langsung dalam penyelenggaraan ekstrakurikuler, pengembangan apresiasi seni, serta dampak dari materi seni *Muaythai* Aerobik terhadap peningkatan kemampuan apresiasi siswa.

Tabel 3.2 Format Observasi

No.	Target Observasi	Kegiatan Yang Di Observasi	Indikator observasi Observasi Terkait :	Ya	Tidak	Keterangan
1.	Guru Seni Tari	Pelaksanaan Pembelajaran di Ekstrakurikuler	Keterlibatan dan memiliki Pengetahuan terhadap			

			<i>Muaythai</i> Aerobik sebagai materi ekstrakurikuler SMPN 5 Bandung.			
			Guru mampu mengidentifikasi kemampuan fisik, minat dan potensi gerak siswa yang dapat mendukung unsur gerak <i>Muaythai</i> Aerobik dalam kegiatan ekstrakurikuler di SMPN 5 Bandung.			
			Guru seni tari mampu mengadaptasi temuan dari penelitian tentang <i>Muaythai</i> Aerobik sebagai materi ekstrakurikuler			

			untuk merancang kegiatan pembelajaran yang inovatif dan sesuai dengan karakteristik siswa di SMPN 5 Bandung.			
2.	Siswa	Kemampuan Apresiasi	Kemampuan dan pemahaman terhadap unsur seni dan Gerakan <i>Muaythai</i> Aerobik			
			Siswa mampu menyampaikan respon atau penilaian subjektif, baik secara lisan, terhadap pertunjukan <i>Muaythai</i> Aerobik dengan memanfaatkan kosakata atau istilah yang			

			relevan dalam bidang seni.			
			Siswa dapat memberikan tanggapan atau masukan terhadap penyajian materi <i>Muaythai</i> Aerobik sebagai wujud partisipasi aktif dalam kegiatan apresiasi seni			
3.	Wakil Kepala Sekolah bidang Kurikulum	Pelaksanaan Kegiatan Ekstra Kurikuler Tari	Dukungan terhadap pengembangan kegiatan ekstrakurikuler			
			Wakil Kepala Sekolah melaksanakan pengawasan atau pemantauan terhadap pelaksanaan kegiatan <i>Muaythai</i> Aerobik sebagai bagian dari			

			upaya evaluasi terhadap penerapan kurikulum.			
			Wakil Kepala Sekolah memperlihatkan perhatian terhadap pengembangan karakter siswa, seperti disiplin, kolaborasi, dan apresiasi terhadap seni, dengan turut berpartisipasi dalam diskusi evaluatif bersama pembina kegiatan.			

3.4.1.2 Wawancara

Instrumen wawancara adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data melalui tanya jawab secara langsung antara peneliti dan responden, dengan fokus pada penggalian informasi yang lebih mendalam mengenai pengalaman, persepsi, dan pendapat terkait pembelajaran olah tubuh *Muaythai* aerobik serta pengaruhnya terhadap kualitas menari. Dalam penelitian ini, fokus observasi mencakup berbagai aspek yang berhubungan dengan penyelenggaraan

ekstrakurikuler, keterlibatan siswa, serta peningkatan apresiasi mereka terhadap seni.

Tabel 3.3 Format Wawancara

No.	Target wawancara	Materi yang ditanyakan	Jumlah pertanyaan	Pertanyaan
1.	Guru Seni Budaya Tari Sekaligus Pembina Ekstrakurikuler Tari.	a. Pelaksanaan ekstrakurikuler b. Sinkronisasi materi ekskul <i>Muaythai</i> Aerobik	5 (lima)	1. Apa saja bentuk kegiatan yang biasa dilakukan dalam ekstrakurikuler tari? 2. Bagaimana jadwal pelaksanaan ekstrakurikuler tari? (hari, waktu, durasi) 3. Menurut bapak/ibu, sejauh mana kegiatan ekskul tari ini berkontribusi terhadap apresiasi seni siswa? 4. Menurut Ibu, apakah kegiatan <i>Muaythai</i>

				Aerobik memiliki potensi nilai-nilai seni yang bisa diselaraskan dengan pembelajaran tari? 5. Apakah Ibu melihat adanya kesamaan atau keterkaitan antara gerakan dalam <i>Muaythai</i> Aerobik dan tari?
2.	Wakasek Kurikulum	a. Pandangan dan Dukungan Pihak Sekolah. b. Kebijakan terkait implementasi kegiatan.	5 (lima)	1. Bagaimana pandangan Bapak/Ibu terhadap pengembangan ekstrakurikuler seni tari melalui materi <i>Muaythai</i> Aerobik di SMPN 5 Bandung?

				2. Apakah pihak sekolah memiliki visi yang mendukung penggabungan antara kegiatan fisik dan unsur seni dalam pelaksanaan program ekstrakurikuler? 3. Apakah alasan sekolah memberikan dukungan terhadap implementasi kegiatan penelitian ini yang berjudul <i>Muaythai</i> Aerobik sebagai materi ekstrakurikuler untuk meningkatkan apresiasi seni siswa di smpn 5 bandung?
--	--	--	--	--

				4. Bagaimana kebijakan sekolah mengatur keterlibatan guru, pembina, dan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler seni tari? 5. Kebijakan apa saja yang diterapkan sekolah dalam mendukung pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler yang memadukan unsur seni dan olahraga seperti <i>Muaythai</i> Aerobik?
3.	Siswa	a. Implementasi kegiatan ekstrakurikuler. b. Minat dan motivasi	5 (lima)	1. Bagaimana pendapat anda tentang pelaksanaan kegiatan

		terhadap apresiasi seni.		ekstrakurikuler tari di sekolah? 2. Apa saja pengalaman yang a dapatkan selama mengikuti ekstrakurikuler tari? 3. Menurut anda, apakah kegiatan tari membantu meningkatkan pemahaman atau apresiasi kamu terhadap seni? 4. Apakah anda merasa termotivasi untuk mengenal lebih jauh tentang seni setelah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler? 5. Menurutmu, apa yang
--	--	-----------------------------	--	--

				membuat kegiatan seni menjadi menarik atau menyenangkan untuk diikuti?
--	--	--	--	--

3.4.1.3 Tes Praktik

Instrumen tes adalah alat yang digunakan untuk mengukur kemampuan atau perubahan tertentu yang menjadi fokus penelitian. Dalam konteks ini, tes digunakan untuk mengukur efektivitas pembelajaran olah tubuh *Muaythai* aerobik dan kualitas menari mahasiswa secara kuantitatif.

Dalam penelitian "*Muaythai* Aerobik sebagai Materi Ekstrakurikuler untuk Meningkatkan Apresiasi Seni Siswa di SMPN 5 Bandung", indikator sikap dapat dikembangkan berdasarkan Taksonomi Sikap (*Affective Domain*) yang dikemukakan oleh Krathwohl. Taksonomi ini terdiri dari lima tingkatan, yaitu penerimaan (*receiving*), partisipasi (*responding*), penilaian (*valuing*), organisasi (*organization*), dan karakterisasi (*characterization*). Berikut adalah indikator sikap yang dapat digunakan dalam penelitian ini.

a. Penerimaan (*Receiving*) – Kesadaran dan Perhatian terhadap Unsur Seni dalam *Muaythai* Aerobik

1. Siswa menunjukkan minat awal terhadap *Muaythai* Aerobik sebagai salah satu bentuk seni gerak.
2. Siswa bersedia mendengarkan dan mengikuti arahan dari pembina selama sesi latihan.
3. Siswa memberikan respons positif saat memperoleh pemahaman tentang unsur seni dalam *Muaythai* Aerobik.
4. Siswa menunjukkan konsentrasi dan perhatian penuh saat guru menjelaskan hubungan antara gerakan *Muaythai* dan nilai estetika seni.

b. Partisipasi (*Responding*) – Keaktifan dalam Mengikuti dan Menghargai Kegiatan

1. Siswa berpartisipasi aktif dalam latihan *Muaythai* Aerobik secara teratur.
2. Siswa memperlihatkan semangat dalam mempraktikkan gerakan dengan memperhatikan nilai estetika.
3. Siswa memberikan respons positif terhadap latihan dan menunjukkan keinginan untuk terus belajar serta mengembangkan keterampilannya.
4. Siswa terlibat secara emosional dan intelektual dalam kegiatan, misalnya dengan bertanya, berdiskusi, atau memberi masukan pada teman dalam konteks seni gerak.

c. Penilaian (*Valuing*) – Menghargai dan Memahami Nilai Seni dalam *Muaythai* Aerobik

1. Siswa mulai memahami dan mengapresiasi keindahan serta ekspresi yang terkandung dalam gerakan *Muaythai* Aerobik.
2. Siswa menunjukkan sikap menghargai usaha dan kerja keras teman-temannya dalam melakukan gerakan.
3. Siswa dapat menjelaskan pentingnya unsur estetika dalam *Muaythai* Aerobik serta bagaimana gerakan dalam aktivitas ini memiliki nilai seni.
4. Siswa menunjukkan rasa bangga terhadap karya geraknya sendiri maupun orang lain sebagai bentuk pencapaian artistik.

d. Organisasi (*Organization*) – Mengintegrasikan Sikap Apresiatif dalam Pola Pikir dan Perilaku

1. Siswa mulai mengaitkan pengalaman dari latihan *Muaythai* Aerobik dengan pemahaman mereka terhadap apresiasi seni secara lebih luas.
2. Siswa menunjukkan kedisiplinan dalam berlatih dan berkomitmen untuk mengembangkan keterampilan gerak yang memiliki nilai estetis.
3. Siswa mulai berinisiatif menciptakan variasi gerakan yang mengandung unsur seni.
4. Siswa mampu menyusun pola gerak dengan pertimbangan struktur artistik, irama, dan ekspresi sebagai bentuk pengelompokan pengalaman seni.

e. Karakterisasi/Menghayati (*Characterization*) – Konsistensi dalam Menghargai dan Menerapkan Apresiasi Seni

1. Siswa secara berkelanjutan menunjukkan sikap menghargai seni dalam latihan *Muaythai* Aerobik serta dalam aktivitas lainnya.
2. Siswa mulai menerapkan pemahaman tentang seni dari *Muaythai* Aerobik dalam kehidupan sehari-hari, seperti dalam gerakan tubuh, ekspresi diri, atau keterlibatan dalam berbagai kegiatan seni.
3. Siswa membangun kebiasaan dan kesadaran yang tinggi terhadap pentingnya seni dalam kehidupan, baik dalam konteks olahraga maupun keseharian.
4. Siswa menampilkan sikap yang konsisten, reflektif, dan terintegrasi antara nilai seni dan karakter pribadi dalam bersikap, bertindak, serta berinteraksi.

Indikator-indikator ini dapat digunakan sebagai dasar dalam melakukan observasi, wawancara, atau penyebaran angket untuk mengukur sejauh mana *Muaythai* Aerobik berkontribusi bagi peningkatan apresiasi seni siswa. Jika diperlukan, indikator ini dapat disesuaikan lebih lanjut sesuai dengan kebutuhan penelitian. Selain beberapa instrumen di atas, berikut ini format penilaiannya.

Tabel 3.4 Format Penilaian Kemampuan Apresiasi Seni Siswa

No.	Nama Siswa	Item Penilaian Kemampuan Apresiasi Seni					Nilai
		A1	A2	A3	A4	A5	
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							

a. Keterangan Item Penilaian

1. A1 : Kesadaran dan Perhatian terhadap Unsur Seni dalam *Muaythai* Aerobik (*Receiving*).

2. A2 : Keaktifan dalam Mengikuti dan Menghargai Kegiatan (*Responding*).
3. A3 : Menghargai dan Memahami Nilai Seni dalam *Muaythai* Aerobik (*Valuating*).
4. A4 : Mengintegrasikan Sikap Apresiatif dalam Pola Pikir dan Perilaku (Pengorganisasian).
5. A5 : Konsistensi dalam Menghargai dan Menerapkan Apresiasi Seni (Karakter).

b. Keterangan Rentang Nilai

1. Sangat Baik : 81-100 (jika siswa dapat memenuhi 4 kriteria).
2. Baik : 75-80 (jika siswa dapat memenuhi 3 kriteria).
3. Cukup : 60-64 (jika siswa dapat memenuhi 2 kriteria).
4. Kurang : < 50-59 (jika siswa dapat memenuhi 1 kriteria).

3.4.2 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam skripsi adalah proses sistematis untuk memperoleh informasi yang relevan dan valid guna menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesis. Proses ini merupakan salah satu tahap penting dalam penelitian karena kualitas data yang diperoleh akan memengaruhi keakuratan analisis dan kesimpulan penelitian. Menurut Sugiyono (2016), pengumpulan data adalah langkah sistematis untuk memperoleh data yang dibutuhkan oleh peneliti. Proses ini merupakan bagian penting dalam metode penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesis. Pengumpulan data harus dilakukan secara sistematis, objektif, dan relevan dengan tujuan penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengambilan data sebagai berikut: observasi, wawancara, tes praktik, dan dokumentasi.

3.4.2.1 Observasi

Observasi dilakukan untuk mencatat perilaku siswa selama mengikuti ekstrakurikuler tari, terutama dalam aspek sikap, partisipasi, dan keterlibatan mereka terhadap kegiatan yang memadukan seni bela diri dan tari. Ini bertujuan untuk mengamati ekspresi, antusiasme, disiplin, dan keterlibatan siswa. Dengan

indikator yang diamati disusun berdasarkan 5 indikator sikap afektif (Penerimaan, Partisipasi, Penilaian, Organisasi, dan Karakterisasi). Pada pelaksanaannya dilakukan oleh peneliti dan pembina ekstrakurikuler secara langsung.

3.4.2.2 Wawancara

Instrumen wawancara digunakan untuk menggali pandangan, pendapat, dan pengalaman subjek penelitian, terutama dari siswa, guru seni budaya, dan pembina ekstrakurikuler, yang memiliki tujuan sebagai berikut:

- a. Mendalami pengalaman subjektif siswa selama mengikuti kegiatan.
- b. Mengetahui persepsi guru dan pembina terhadap pengaruh *Muaythai* aerobik dalam pembelajaran seni tari.
- c. Mendapatkan data yang mendukung hasil observasi dan praktik.

3.4.2.3 Tes Praktik

Instrumen ini digunakan untuk mengukur kemampuan praktik siswa dalam menampilkan gerakan *Muaythai* aerobik dalam konteks koreografi tari, yang memiliki tujuan sebagai berikut:

- a. Menilai teknik gerak *Muaythai* Aerobik (Wiraga).
- b. Menilai kemampuan siswa dalam menggabungkan unsur bela diri dengan unsur estetis seni tari (Wirasa).
- c. Menilai kemampuan siswa dalam melakukan gerak *muaithai* sesuai musik iringan (Wirahma).

3.4.2.4 Dokumentasi

Dokumentasi digunakan sebagai salah satu metode pengumpulan data dalam penelitian ini untuk memperoleh data secara objektif dan mendalam mengenai kegiatan yang dilakukan selama proses pelaksanaan *Muaythai* Aerobik sebagai materi ekstrakurikuler. Dokumentasi dilakukan dengan mengumpulkan bukti-bukti visual seperti foto dan video selama kegiatan berlangsung, termasuk saat siswa mengikuti latihan, saat guru memberikan instruksi, serta saat kegiatan evaluasi atau pertunjukan. Dokumentasi yang dikumpulkan meliputi catatan kegiatan, jadwal ekstrakurikuler, daftar hadir siswa, serta dokumentasi visual

berupa foto dan video yang menggambarkan keterlibatan siswa dalam kegiatan *Muaythai Aerobik*.

Data dokumentasi ini digunakan untuk mendukung hasil observasi dan wawancara, serta untuk memperkuat interpretasi peneliti terhadap perkembangan apresiasi seni siswa selama mengikuti kegiatan. Melalui dokumentasi, peneliti dapat meninjau kembali aktivitas yang telah berlangsung, menilai ekspresi, sikap, dan keterlibatan siswa dalam kegiatan, serta mengevaluasi sejauh mana kegiatan *Muaythai Aerobik* dapat memfasilitasi tumbuhnya apresiasi seni. Dokumentasi juga berfungsi sebagai bahan pelengkap dalam pelaporan hasil penelitian, agar lebih konkret dan meyakinkan.

3.5 Prosedur Penelitian

Serangkaian langkah sistematis yang dilakukan oleh seorang peneliti untuk melaksanakan penelitian, mulai dari perencanaan hingga pelaporan hasil. Prosedur ini berfungsi sebagai panduan untuk memastikan penelitian dilakukan secara terstruktur, valid, dan dapat dipertanggungjawabkan. Arikunto (2010) **Pengumpulan data** adalah langkah sistematis untuk memperoleh data yang dibutuhkan oleh peneliti. Proses ini merupakan bagian penting dalam metode penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesis. Pengumpulan data harus dilakukan secara sistematis, objektif, dan relevan dengan tujuan penelitian.

3.5.1 Langkah-Langkah Penelitian

3.5.1.1 Perencanaan Penelitian

Dalam tahap perencanaan penelitian ini, peneliti menelaah serta mengobservasi permasalahan, kemudian peneliti membuat judul dan proposal penelitian dengan tujuan menemukan solusi dalam permasalahan tersebut. Setelah penyusunan judul dan proposal selesai, peneliti melakukan observasi awal ke lokasi yang dituju untuk menelaah permasalahan yang terjadi dan diteliti lebih lanjut.

3.5.1.2 Pelaksanaan Penelitian

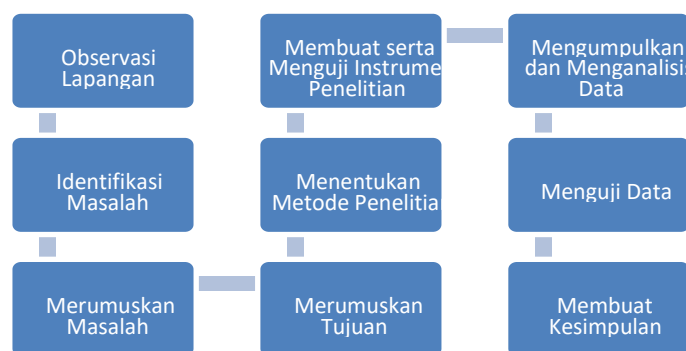
Selanjutnya peneliti akan mengobservasi lapangan, mewawancarai sumber yang dituju, dan mengambil dokumentasi, sehingga mendapatkan data yang

diharapkan nantinya akan dianalisis dan diuraikan. Melakukan *pre test* bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan awal mahasiswa dalam hal kualitas menari sebelum diberikan pembelajaran olah tubuh *Muaythai* aerobik. Hal ini memberikan gambaran dasar tentang kemampuan awal responden. *post test* bertujuan untuk mengukur perbedaan kualitas menari mahasiswa setelah mengikuti program olah tubuh *Muaythai* aerobik. Hal ini untuk mengetahui apakah ada peningkatan keterampilan dan kualitas gerakan tari mahasiswa setelah diberi perlakuan.

3.5.1.3 Penulisan Laporan Penelitian

Dalam tahap penulisan laporan penelitian ini, dengan bimbingan dosen pembimbing peneliti akan menyusun data-data yang telah diperoleh berdasarkan apa yang didapat di lapangan dan diolah serta dianalisis dengan baik dan benar.

3.5.2 Skema/Alur Penelitian



Gambar 3.2 Skema/Alur Penelitian

3.5.3 Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2017:60) menyatakan bahwa “variabel penelitian merupakan sesuatu hal yang ditetapkan oleh peneliti untuk didapatkan informasi dan dipelajari lalu dapat ditarik kesimpulannya”. Dalam penelitian ini dapat dijabarkan menjadi dua variabel yaitu independen dan variabel yang dapat mempengaruhi sebab perubahan dependen, variabel dependen merupakan bentuk keterkaitan atau variabel yang dapat mempengaruhi variabel bebas.

3.5.4 Asumsi dan Hipotesis Penelitian

3.5.4.1 Asumsi Penelitian

- Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tari memiliki minat terhadap aktivitas seni dan gerak. → Asumsi ini penting karena kegiatan *Muaythai* Aerobik

merupakan kombinasi antara gerak bela diri dan seni tari, sehingga minat awal terhadap gerak menjadi landasan yang kuat.

- b. *Muaythai* aerobik dapat dipadukan dengan unsur-unsur seni tari sehingga relevan sebagai materi ekstrakurikuler tari. → Artinya, *Muaythai* Aerobik dianggap memiliki nilai artistik dan estetik yang dapat mendukung pembelajaran seni tari.
- c. Kegiatan ekstrakurikuler yang melibatkan unsur fisik dan seni seperti *Muaythai* Aerobik mampu meningkatkan partisipasi dan antusiasme siswa. → Di sini diasumsikan bahwa pendekatan gerak yang dinamis dan energik akan lebih menarik bagi siswa dibandingkan pendekatan konvensional.
- d. Peningkatan apresiasi seni siswa dapat dilihat dari perubahan sikap, minat, pemahaman, dan partisipasi dalam kegiatan seni setelah mengikuti kegiatan *Muaythai* Aerobik. → Asumsi ini menjadi dasar bahwa apresiasi seni bisa diukur secara kualitatif maupun kuantitatif melalui indikator tertentu.
- e. Siswa memiliki kemampuan untuk memahami dan menanggapi bentuk seni baru yang dikemas dalam format gerak nontradisional (kontemporer), seperti *Muaythai* Aerobik. → Di sini kamu mengasumsikan bahwa siswa terbuka terhadap inovasi dalam seni.

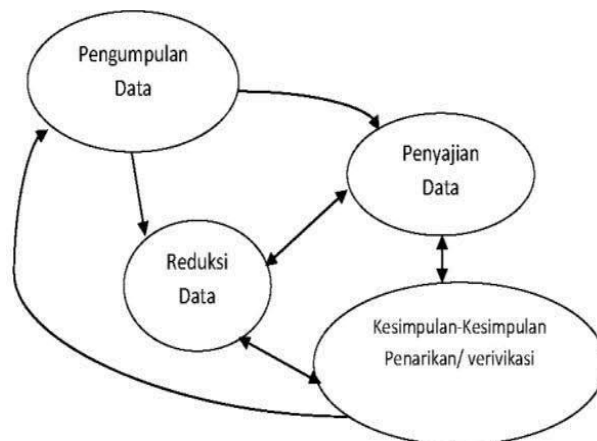
3.5.4.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis nol (H_0) menyatakan tidak adanya hubungan, perbedaan, atau pengaruh antara variabel yang diteliti. Sebaliknya, hipotesis alternatif (H_a) menyatakan adanya hubungan, perbedaan, atau pengaruh antara variabel yang diteliti. Maka dari itu, hipotesis yang dikemukakan peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Hipotesis Nol (H_0): Pendekatan *Muaythai* Aerobik tidak berpengaruh untuk media apresiasi seni di SMPN 5 Bandung.
- b. Hipotesis Alternatif (H_a): Pendekatan *Muaythai* Aerobik berpengaruh untuk media apresiasi seni di SMPN 5 Bandung.

3.6 Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu tahapan penting dalam penelitian. Karena fase selanjutnya setelah mengumpulkan data adalah melakukan analisis data. Teknik analisis data sangat tergantung pada masalah dan desain penelitian yang digunakan (Prasetyo, 2014). Sementara menurut Sugiyono (2018:482), analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara, catatan lapangan (tes praktik), dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, jabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, serta membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri/orang lain. Miles dan Huberman dalam (Sugiyono, 2018) menawarkan pola umum analisis dengan mengikuti model interaktif sebagai berikut.



Gambar 3.3 Komponen Analisis Data