

BAB III METODE PENELITIAN

Salah satu kegiatan yang penting dalam melakukan penelitian adalah menetapkan metode penelitian untuk memperoleh pengetahuan dengan menggunakan prosedur yang reliabel dan terpercaya. Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan dalam rumusan masalah, yaitu ingin melihat pengaruh pengaturan *block and random practice* terhadap hasil belajar *forehand* dan *backhand groundstroke* dalam permainan tenis. Menurut Sugiyono (2017, hlm. 107) “Metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan”. Maka metode penelitian yang cocok digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen.

Pada penelitian ini, peneliti menetapkan menggunakan sampling purposive menurut (Sugiyono, 2017, hlm. 124) Sampling *purposive* adalah “Teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”. Pada pelaksanaan eksperimen sampling *purposive* peneliti membagi kelompok A (*block*) dan B (*random*) yang telah ditentukan melalui beberapa kriteria dengan penugasan kelompok secara acak atau random assignment menggunakan teknik ABBA (*ordinal pairing*). Menurut Kim, Jeeyoung. dkk. (2014) bahwa

Kita dapat membuat satu blok untuk menetapkan nomor sampel secara merata ke masing-masing kelompok dan menetapkan blok. Jika kita tentukan dua dalam satu blok (yang disebut ukuran blok adalah dua), kita dapat membuat dua kemungkinan urutan AB dan BA. (hlm. 103)

Setelah menentukan kelompok, maka eksperimen A akan diberikan perlakuan pengaturan *block practice* sedangkan kelompok eksperimen B diberikan perlakuan *random practice*. Terpilihlah kelompok eksperimen A dan kelompok eksperimen B untuk diinstruksikan melakukan *forehand* dan *backhand groundstroke (pretest)* dan melihat bagaimana keberhasilan belajar siswa saat sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberi perlakuan. Dengan diberikannya perlakuan, tentunya kelompok eksperimen A dan kelompok eksperimen B akan diberikan perlakuan yang berbeda, lalu kedua kelompok eksperimen baik A dan B melakukan *test forehand* dan *backhand groundstroke (posttest)*. Sehingga akan terlihat perbedaan pada siswa setelah melakukan eksperimen tersebut terhadap hasil belajar *forehand* dan *backhand groundstroke* pada permainan tenis.

Kemudian, setelah melakukan treatment *block* dan *random practice* pada siswa kelompok A dan kelompok B. Dari hasil data yang di peroleh *pretest* dan *posttest* diolah dan dengan menggunakan prosedur penelitian yang telah direncanakan sebelumnya kemudian diajukan. Setelah semua data dianalisis serta mendapatkan hasil analisis dari penelitian tersebut maka, peneliti dapat membuat simpulan hasil penelitian sehingga dapat diketahui hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan dan akan mengetahui perbedaan dari hasil belajar *block and random practice*.

A. Desain Penelitian

Dalam menentukan sebuah penelitian dibutuhkan sebuah desain penelitian yang akan memperlancar dan mempermudah peneliti dalam melakukan penelitian. Desain yang akan digunakan secara tepat dapat memberikan sebuah gambaran yang jelas dalam penyusunan hipotesis dan proses penelitian lainnya. Dengan begitu, desain penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman kuat bagi peneliti agar penelitian yang dilakukan tepat sasaran dan tujuan yang dirumuskan dapat tercapai. Bentuk desain yang digunakan peneliti menggunakan desain *pretest-posttest group design*.

Tabel 3.1
Pengelompokan Kelompok Berdasarkan Pengaturan Latihan Yang Akan Diberikan

<i>Blocked Practice</i>		<i>Random Practice</i>	
<i>Forehand</i>	<i>Backhand</i>	<i>Forehand</i>	<i>Backhand</i>

Dengan menggunakan table 3.2 penelitian sebagai berikut:

Tabel. 3.2 Desain Penelitian

O1	X1	O2
O3	X2	O4

Jack R. Fraenkel (2012, hlm. 269)

- O1 = Kelompok Eksperimen A (*blocked practice*) *pretest*
- O2 = Kelompok Eksperimen A (*blocked practice*) *post test*
- O3 = Kelompok Eksperimen B (*random practice*) *pretest*
- O4 = Kelompok Eksperimen B (*random practice*) *post test*
- X1 = Perlakuan A (*blocked practice*)
- X2 = Perlakuan B (*random practice*)

B. Partisipan

Partisipan yang mengikuti penelitian ini berjumlah 6 orang yang spesifikasinya adalah sebagai berikut: empat orang sebagai observer dan dua orang lainnya menjadi bagian dokumentasi, observer yang mengikuti dalam penelitian ini untuk menilai hasil kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* dari mulai *pretest* sampai *posttest*, sedangkan untuk dokumentasi penelitian ini maka digunakan dua fotografer. Dalam hal ini fotografer dibagi dua yaitu fotografer pertama berada di kelompok *block practice* dan fotografer kedua berada di kelompok *random practice*. Observer yang mengikuti penelitian ini harus mempunyai spesifikasi sebagai berikut:

1. Memiliki kemampuan bermain tenis lapangan yang baik.
2. Memiliki kemampuan memberikan umpan yang baik (*feeder*).
3. Mampu menilai hasil pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* secara obyektif.

Sedangkan bagian dokumentasi dalam menghasilkan gambar yang bagus harus mempunyai spesifikasi sebagai berikut:

- 1) Mempunyai keahlian untuk mengoperasikan kamera digital/SLR dengan baik
- 2) Mempunyai pengalaman dalam hal memotret menggunakan kamera digital/SLR

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan bagian yang penting kebenarannya. Menurut Sugiyono (2017, hlm 117) populasi adalah “Wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dari benda-benda alam yang lain. dalam penelitian ini yang diambil adalah seluruh mahasiswa Prodi Ilmu Keolahragaan semester 3 angkatan 2016 yang sedang mengikuti perkuliahan tenis lapang di Universitas Pendidikan Indonesia.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian hal yang penting dari populasi yang akan di teliti. Menurut Sugiyono (2017) Sampel adalah

Bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili). (hlm. 117)

Menurut penjelasan sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti mata kuliah tenis lapang dari Prodi Ilmu Keolahragaan berjumlah 56, terpilihlah dua kelompok yang diambil dalam penelitian ini yaitu kelompok eksperimen A dan kelompok eksperimen B. Dalam hal ini untuk menentukan kelompok yang akan dijadikan kelompok eksperimen A dan kelompok eksperimen B adalah dipilih secara acak (*random*) sesuai dengan kemampuan motorik siswa. Kriteria dalam pengambilan sampel pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a) Mahasiswa yang masih aktif kuliah dan terdaftar pada universitas
- b) Mahasiswa yang mengikuti atau mengontrak mata kuliah tenis lapang
- c) Mahasiswa yang masih belum bisa (pemula) bermain tenis lapang
- d) Mahasiswa yang cukup menguasai keterampilan bermain tenis lapang (lanjutan/mahir)
- e) Mahasiswa yang berusia 19-20 tahun

Dalam pengambilan sampel penelitian, peneliti menggunakan teknik *sampling purposive*. Menurut Sugiyono (2017) mengemukakan bahwa

Teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Misalnya akan melakukan penelitian tentang kualitas makanan, maka sampel sumber datanya adalah orang yang ahli makanan, atau penelitian tentang kondisi politik di suatu daerah, maka sampel sumber datanya adalah orang yang ahli politik. Sampel ini lebih cocok digunakan untuk penelitian kualitatif, atau penelitian-penelitian yang tidak melakukan generalisasi. (hlm. 124)

Dalam pengambilan kelompok ditentukan dengan penugasan kelompok secara acak atau random assignment menggunakan teknik ABBA. Setelah proses pembagian, kelompok eksperimen A akan mendapatkan perlakuan dengan *block practice*, yaitu sebanyak 15 orang dan kelompok eksperimen B akan diberi perlakuan *random practice*, yaitu sebanyak 15 orang. Dapat dilihat pada tabel 3.3 tentang pemilihan sampel eksperimen A (*Block Practice*) dan sampel eksperimen B (*Random Practice*).

Tabel 3.3
Sampel Eksperimen A (*Block Practice*) dan Sampel Eksperimen B
(*Random Practice*)

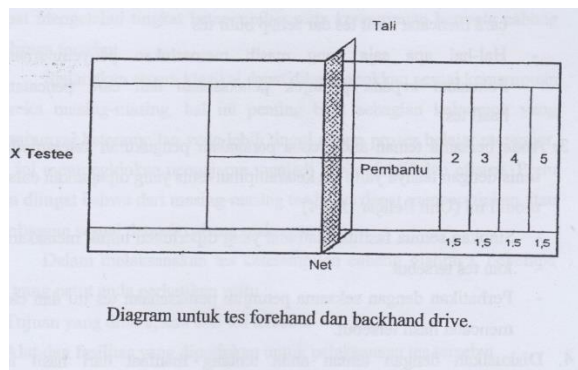
	Jumlah	Kelompok A <i>Block Practice</i>	Kelompok B <i>Random Practice</i>
Sampel	30	15	15

Setelah dibuat kelompok seperti pada tabel yang telah dijelaskan diatas maka kelompok A sebanyak 15 dan kelompok B sebanyak 15, selanjutnya dilakukan metode *block practice* (latihan terpusat) dan *random practice* (latihan acak) sehingga peneliti dapat meneliti dengan mudah.

D. Instrument Penelitian

Instrumen penelitian diperlukan sebagai alat untuk mengumpulkan data. Menurut Sugiyono (2017, hlm. 148) mengemukakan “Pada prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran, maka harus ada alat ukur yang baik. Alat ukur dalam penelitian biasanya dinamakan instrumen penelitian”.

Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *Hewitt’s Tennis Achievement Test* (Tes Keterampilan *Forehand and Backhand Drive Test*). Contoh pada gambar 3.1 untuk tes *forehand* dan *backhand drive*.



Gambar 3.1
(Sumber: Modul Tes dan Pengukuran Keolahragaan,
2017, hlm. 259)

1. Tes Keterampilan *Forehand* dan *Backhand Drive*

“Tes ini bertujuan untuk mengukur keterampilan pukulan *forehand* dan *backhand drive*”. (Nurhasan dan Hasanudin, 2017, hlm.258).

a. Alat dan Fasilitas:

- 1) Bola Tennis
- 2) Sebuah Raket
- 3) Penggunaan lapangan dengan membuat garis *service* sebagai salah satu garis untuk tes. Buat tiga garis lain dengan jarak 1,5 m diantara garis *service* dan garis akhir.

b. Pelaksanaan:

Testee berdiri ditengah garis akhir. Pelatih, guru atau pembantu mengambil posisi di seberang net digaris tengah *service*. Pembantu memukul bola lima kali yang jatuh di dalam kotak *service* untuk pemanasan. Tes dilakukan, 10 bola untuk *forehand* dan 10 bola untuk *backhand*. *Testee* berusaha memukul bola diantara net dan tali yang diarahkan ke lapangan di seberang yang telah diberi angka. Untuk obyektivitas tes kalau mungkin yang memberikan bola (pembantu) harus sama untuk seluruh peserta tes.

c. Cara menskor:

Bola yang jatuh pada sasaran yang diberi angka 5, 4, 3, 2 baik untuk *forehand* maupun *backhand drive* bila bola melewati atas tali diberikan angka setengah dari kotak sasaran yang mengenai bola.

2. Program Perlakuan

Tabel 3.4 Program perlakuan

Pertemuan	Materi Latihan Terpusat (<i>Block Practice</i>)	Materi Latihan Acak (<i>Random Practice</i>)	Waktu	Pengulangan Materi	Proses Pengajaran
1	Melakukan tes awal <i>Forehand-Backhand (preetest)</i>	Melakukan tes awal <i>Forehand-Backhand (preetest)</i>	2 Jam	-	Siswa melakukan tes awal yang sudah diberi arahan oleh guru/pelatih. Kemudian dipilih dan dibagi menjadi 2 kelompok. Dilihat dari kriteria.
2	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan tangan secara langsung dan jaraknya dimulai paling dekat dahulu. <i>Forehand-forehand-forehand-forehand-forehand-forehand-forehand-forehand-forehand-forehand-Backhand-backhand-backhand-backhand-backhand-backhand</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan tangan secara langsung dan jaraknya dimulai paling dekat dahulu. <i>Forehand-backhand-forehand-backhand-forehand-backhand</i>	1 jam	3 kali	Setelah siswa dibagi menjadi dua kelompok. Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Kemudian siswa di beri pengarahannya terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Penutup, melakukan evaluasi.
3	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan tangan secara langsung dan jaraknya dimulai paling dekat dahulu. <i>Backhand-</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan tangan secara langsung dan jaraknya dimulai paling dekat dahulu.	1 jam	3 kali	Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Guru melakukan <i>Review of previous day</i> . Setelah itu siswa diberi pengarahannya terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Setelah selesai memberi perlakuan maka

	<i>backhand-backhand-backhand-backhand-backhand</i> <i>Forehand-forehand-forehand-forehand-forehand</i>	<i>Forehand-backhand-backhand-backhand-forehand-backhand</i>			dilakukan evaluasi oleh guru/pelatih.
4	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan tangan secara langsung dan jaraknya sedikit dijauhkan. <i>Forehand-forehand-forehand-forehand-forehand-forehand-forehand-forehand-forehand-forehand</i> <i>Backhand-backhand-backhand-backhand-backhand-backhand-backhand</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan tangan secara langsung dan jaraknya sedikit dijauhkan. <i>Backhand-forehand-backhand-forehand-backhand-forehand-backhand-forehand-forehand</i>	1 jam	3 kali	Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Guru melakukan <i>Review of previous day</i> . Setelah itu siswa diberi pengarahan terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Setelah selesai memberi perlakuan maka dilakukan evaluasi oleh guru/pelatih.
5	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan tangan secara langsung dan jaraknya sedikit dijauhkan. <i>Backhand-backhand-backhand-backhand-backhand-backhand-forehand-forehand-forehand-forehand-forehand</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan tangan secara langsung dan jaraknya sedikit dijauhkan. <i>Backhand-forehand-backhand-forehand-backhand-forehand-backhand-forehand</i>	1 jam	3 kali	Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Guru melakukan <i>Review of previous day</i> . Setelah itu siswa diberi pengarahan terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Setelah selesai memberi perlakuan maka dilakukan evaluasi oleh guru/pelatih.
6	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Forehand-forehand-forehand-forehand-forehand</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Forehand-</i>	1 jam	3 kali	Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Guru melakukan <i>Review of previous day</i> . Setelah itu siswa diberi pengarahan terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Setelah

Desy Ratnasari, 2018

PENGARUH PENGATURAN BLOCK AND RANDOM PRACTICE TERHADAP HASIL BELAJAR FOREHAND DAN BACKHAND GROUNDSTROKE DALAM PERMAINAN TENIS

	<i>forehand-forehand-forehand Backhand-backhand-backhand-backhand-backhand-backhand</i>	<i>forehand-backhand-forehand-forehand-backhand</i>			selesai memberi perlakuan maka dilakukan evaluasi oleh guru/pelatih.
7	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Backhand-backhand-backhand-backhand-backhand-forehand-forehand-forehand-forehand-forehand</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Forehand-forehand-backhand-backhand-forehand-backhand</i>	1 jam	3 kali	Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Guru melakukan <i>Review of previous day</i> . Setelah itu siswa diberi pengarahannya terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Setelah selesai memberi perlakuan maka dilakukan evaluasi oleh guru/pelatih.
8	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Forehand-forehand-forehand-forehand-forehand-forehand Backhand-backhand-backhand-backhand-backhand</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Backhand-backhand-forehand-backhand-backhand-forehand</i>	1 jam	3 kali	Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Guru melakukan <i>Review of previous day</i> . Setelah itu siswa diberi pengarahannya terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Setelah selesai memberi perlakuan maka dilakukan evaluasi oleh guru/pelatih.
9	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Backhand-backhand-backhand-backhand-backhand-backhand-forehand-forehand-forehand</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Backhand-backhand-forehand-backhand-backhand-forehand</i>	1 jam	3 kali	Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Guru melakukan <i>Review of previous day</i> . Setelah itu siswa diberi pengarahannya terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Setelah selesai memberi perlakuan maka dilakukan evaluasi oleh guru/pelatih.

Desy Ratnasari, 2018

PENGARUH PENGATURAN BLOCK AND RANDOM PRACTICE TERHADAP HASIL BELAJAR FOREHAND DAN BACKHAND GROUNDSTROKE DALAM PERMAINAN TENIS

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

	<i>forehand-forehand-forehand</i>				
10	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Forehand-forehand-forehand-backhand-backhand-backhand</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Forehand-backhand-backhand-forehand-backhand-backhand</i>	1 jam	3 kali	Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Guru melakukan <i>Review of previous day</i> . Setelah itu siswa diberi pengarahan terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Setelah selesai memberi perlakuan maka dilakukan evaluasi oleh guru/pelatih.
11	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Forehand-forehand-forehand-backhand-backhand-backhand</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Backhand-forehand-forehand-backhand-backhand-forehand</i>	1 jam	3 kali	Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Guru melakukan <i>Review of previous day</i> . Setelah itu siswa diberi pengarahan terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Setelah selesai memberi perlakuan maka dilakukan evaluasi oleh guru/pelatih.
12	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Forehand-forehand-forehand-backhand-backhand-backhand</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Forehand-backhand-forehand-backhand-backhand-forehand</i>	1 jam	3 kali	Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Guru melakukan <i>Review of previous day</i> . Setelah itu siswa diberi pengarahan terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Setelah selesai memberi perlakuan maka dilakukan evaluasi oleh guru/pelatih.
13	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Forehand-forehand-forehand-backhand-backhand-backhand</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Backhand-forehand-backhand-backhand-backhand</i>	1 jam	3 kali	Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Guru melakukan <i>Review of previous day</i> . Setelah itu siswa diberi pengarahan terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Setelah selesai memberi perlakuan maka dilakukan evaluasi oleh guru/pelatih.

					oleh guru/pelatih.
14	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Forehand-forehand-forehand-backhand-backhand-backhand</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Forehand-forehand-backhand-forehand-forehand</i>	1 jam	3 kali	Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Guru melakukan <i>Review of previous day</i> . Setelah itu siswa diberi pengarahan terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Setelah selesai memberi perlakuan maka dilakukan evaluasi oleh guru/pelatih.
15	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Forehand-forehand-forehand-backhand-backhand-backhand</i>	Melakukan pukulan <i>drive</i> , bola diumpan dengan menggunakan raket oleh (<i>feeder</i>) secara langsung. <i>Backhand-backhand-forehand-backhand-backhand</i>	1 jam	3 kali	Siswa melakukan <i>warm-up and stretching</i> . Guru melakukan <i>Review of previous day</i> . Setelah itu siswa diberi pengarahan terlebih dahulu (<i>demonstration and explanation</i>) tentang materi hari ini yang harus dilakukan. Setelah selesai memberi perlakuan maka dilakukan evaluasi oleh guru/pelatih.
16	Melakukan tes akhir <i>Forehand-Backhand (postets)</i>	Melakukan tes akhir <i>Forehand-Backhand (postets)</i>	2 jam	-	Kelompok Block dan Kelompok Random melakukan tes akhir.

Tabel 3.5 Fokus penelitian

Pengaturan Latihan Terpusat (<i>Block Practice</i>)	Pengaturan Latihan Acak (<i>Random Practice</i>)
Materi pembelajaran yang diajarkan berupa materi yang sama	Materi pembelajaran yang akan diajarkan berupa secara acak
Pembelajaran yang diajarkan kepada siswa hanya dapat merangsang siswa untuk melakukan gerakan yang sama dalam satu materi dan siswa menjadi tidak meningkat dalam kemampuan motoriknya	Pembelajaran yang akan diajarkan dapat merangsang siswa untuk mampu berfikir cepat dalam menentukan keputusan yang tepat terhadap datangnya bola pada saat situasi pembelajaran dimulai
Situasi pembelajaran cenderung membosankan	Situasi pembelajaran semakin menarik
Jika guru tidak pandai dalam mendesain pembelajaran, minat dan motivasi siswa akan menurun	Minat dan motivasi siswa semakin meningkat karena diberi materi pembelajaran yang setiap pertemuannya berbeda-beda (acak)

Pembelajaran dalam metode ini lebih banyak melakukan pengulangan	Guru harus pandai dalam memilih metode atau mendesain materi pembelajaran agar disetiap pembelajaran siswa tidak merasa bosan
--	---

E. Prosedur Penelitian

1. Tahap Persiapan

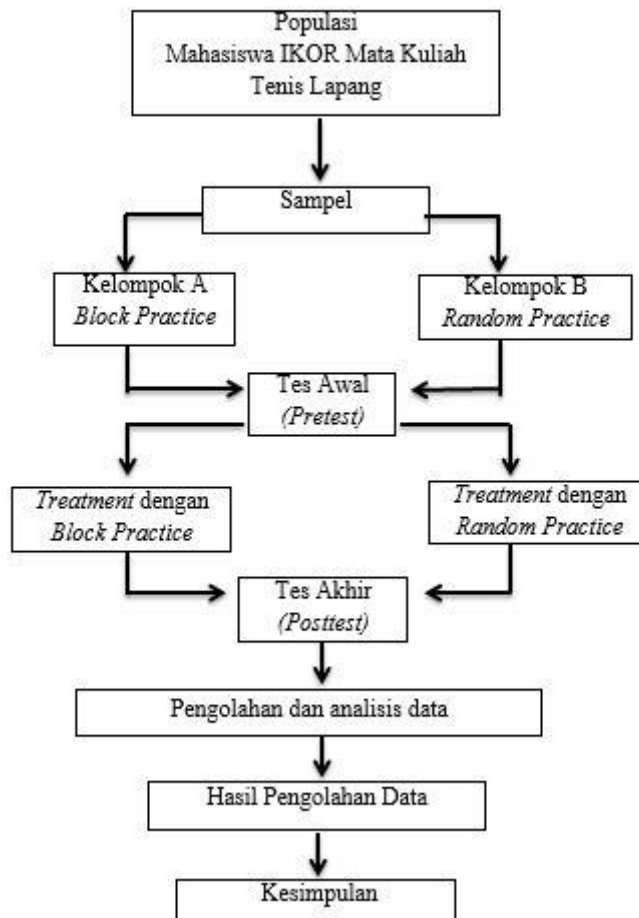
Pada tahap persiapan ini, peneliti melakukan persiapan kegiatan yaitu mengurus perizinan penelitian ditempat yang dituju, berkonsultasi dengan dosen pengampu mata kuliah tenis lapang serta meminta izin untuk melakukan penelitian. Dalam prosedur penelitian, penentuan design dan instrument penelitian yang akan digunakan oleh peneliti menggunakan *Pretest-Posttes Group Design* dan *Hewitt's Tennis Achievement Test* (Tes Keterampilan *Forehand and Backhand Drive Test*).

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, peneliti melakukan pelaksanaan kegiatan meliputi:

- a. Diskusi tentang program penelitian dan jadwal penelitian kepada pihak prodi yang diwakili oleh Dosen Ilmu keolahragaan yang mengajar mata kuliah tenis lapang di FPOK UPI
- b. Melakukan pemilihan sampel untuk penelitian
- c. Siswa diberikan test awal atau *pretest* untuk mengambil data diawal dan membagi kelompok A dan B sebelum dilakukanya *treatment*
- d. Melaksanakan *treatment* kepada kelompok A dan kelompok B, yaitu untuk kelompok A diberikan *treatment* dengan *block practice* dan kelompok B diberikan *random practice*
- e. Setelah pemberian *treatment* maka akan di berikan tes akhir atau *posttest*
- f. Kemudian dilakukan pengolahan data dan analisis data
- g. Setelah mendapatkan hasil pengolahan data, kemudian dilakukan penarikan kesimpulan yang berdasarkan dengan hasil data yang telah diolah dan berdasarkan penelitian yang dilakukan

Dapat dilihat pada bagan 3.1 dimulai dari proses pelaksanaan, pengambilan data, pengolahan dan analisis data, hasil pengolahan data sampai ditarik kesimpulan dari penelitian tersebut.



Bagan 3.1

F. Analisis Data

1. Menghitung statistik deskriptif

Dari pretest, posttest dan peningkatan (N-Gain) Menghitung skor rata-rata tes awal dan tes akhir masing-masing kelompok dengan rumus:

$$\bar{x} = \frac{\sum xt}{n}$$

Keterangan:

\bar{x} = skor rata-rata

Xt = skor mentah

Σ = jumlah

n = banyaknya sampel

Menghitung simpangan baku dengan rumus sebagai berikut:

$$S = \sqrt{\frac{\Sigma(x - \bar{x})^2}{n - 1}}$$

Keterangan:

S = simpangan baku yang dicari

n = jumlah sampel

$\Sigma(x - \bar{x})^2$ = jumlah kuadrat nilai data dikurangi rata-rata

2. Pengujian Pretest

a. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk memilih statistik yang digunakan apakah data dari hasil pengukuran tersebut normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah uji normalitas dengan kolmogrov- smirnov dan saphiro-wilk. Pengujian dilakukan dengan bantuan SPSS versi 21. Jika dari hasil pengujian data tersebut normal maka selanjutnya dilakukan uji homogenitas, tetapi jika data tersebut tidak normal maka selanjutnya uji parametric Mann-Whitney U test.

Jika: $\alpha \geq 0.05$ maka H_0 diterima

$\alpha \leq 0.05$ maka H_0 ditolak

H_0 : Data tidak berdistribusi normal

H_1 : Data berdistribusi normal

b. Uji homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk memilih uji kesamaan dua rata-rata parametrik, apakah uji-t atau uji t' yang dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS versi 21. Jika data tersebut homogen maka pengujian data menggunakan uji t, tetapi jika data tersebut tidak homogen maka dilakukan pengujian menggunakan uji t' .

Jika: $\alpha \geq 0.05$ maka H_0 diterima

$\alpha \leq 0.05$ maka H_0 ditolak

H_0 : Kedua data tidak berasal dari populasi yang homogen

H_1 : Kedua data berasal dari populasi yang homogen

c. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dapat dilakukan melihat hasil data tersebut normal dan homogen tidak data tersebut. Jika data tersebut normal dan homogen maka menggunakan uji t, jika salah satu data tidak normal dan homogen maka menggunakan uji t' , jika data tidak normal maka menggunakan uji nonparametrik Mann-whitney U test.

Pretest dan posttest diuji dengan SPSS dengan keterangan sebagai berikut:

Jika: $\alpha \geq 0.05$ maka H_0 diterima

$\alpha \leq 0.05$ maka H_0 ditolak

H_0 : Kedua data tidak berbeda secara signifikan

H_1 : Kedua data berbeda secara signifikan

1. Membandingkan Pretest dan Posttest

➤ Block terhadap *forehand*

H_0 : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari pengaturan *block practice* terhadap hasil pukulan *forehand*

H_1 : Terdapat pengaruh yang signifikan dari pengaturan *block practice* terhadap hasil pukulan *forehand*

➤ Block terhadap *backhand*

H_0 : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari pengaturan *block practice* terhadap hasil pukulan *backhand*

H_1 : Terdapat pengaruh yang signifikan dari pengaturan *block practice* terhadap hasil pukulan *backhand*

➤ Random terhadap *forehand*

H_0 : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari pengaturan *random practice* terhadap hasil pukulan *forehand*

H_1 : Terdapat pengaruh yang signifikan dari pengaturan *random practice* terhadap hasil pukulan *forehand*

➤ Random terhadap *backhand*

H_0 : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari pengaturan *random practice* terhadap hasil pukulan *backhand*

H_1 : Terdapat pengaruh yang signifikan dari pengaturan *random practice* terhadap hasil pukulan *backhand*

- 2. Membandingkan antara block practice dan random practice setelah melakukan (treatment)**
- Membandingkan *treatment block practice* dan *random practice* terhadap hasil pukulan *forehand*
 - Ho: Tidak terdapat perbedaan yang signifikan dari pengaturan *block practice* dan *random practice* terhadap hasil pukulan *forehand*
 - H1: Terdapat perbedaan yang signifikan dari pengaturan *random practice* terhadap hasil pukulan *forehand*
 - Membandingkan *treatment block practice* dan *random practice* terhadap hasil pukulan *backhand*
 - Ho: Tidak terdapat perbedaan yang signifikan dari pengaturan *block practice* dan *random practice* terhadap hasil pukulan *backhand*.
 - H1: Terdapat perbedaan yang signifikan dari pengaturan *block practice* dan *random practice* terhadap hasil pukulan *backhand*.