

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Dalam suatu rangkaian studi penelitian diperlukan suatu metode yang sesuai dan dapat membantu mengungkapkan suatu permasalahan yang akan dikaji kebenarannya, penggunaan metode dalam penelitian disesuaikan dengan masalah dan tujuan penelitiannya. Hal ini berarti metode penelitian mempunyai kedudukan yang sangat penting dalam pelaksanaan pengumpulan dan analisis data.

Adapun yang dimaksud metode itu sendiri yang dikemukakan oleh Surakhmad dalam Hadiati, H (2012:41) bahwa, "Metode adalah merupakan cara utama yang dipergunakan untuk mencapai tujuan, misalnya untuk menguji hipotesis dengan mempergunakan teknik serta alat-alat tertentu."

Sedangkan Arikunto (2007:206) menjelaskan penelitian, adalah: "Suatu proses yang dilakukan oleh peneliti yang bertujuan untuk mencari jawaban atas pertanyaan yang diajukan melalui prosedur ilmiah yang telah ditentukan."

Dari penjelasan para ahli tersebut dapat dijelaskan kembali bahwa metode merupakan suatu cara yang digunakan oleh peneliti untuk mempermudah memecahkan suatu permasalahan dengan menggunakan teknik atau alat-alat tertentu sehingga dapat mempermudah memperoleh hasil sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Sedangkan penelitian merupakan tujuan untuk mencari jawaban atas pertanyaan-pertanyaan yang telah ditentukan.

Sedangkan metode penelitian yang dijelaskan Arikunto (1997:151) yaitu :

"Metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitian ." Ada beberapa metode yang bisa digunakan dalam suatu penelitian, diantaranya historis, deskriptif dan eksperimen. Berkaitan dengan masalah yang ingin di kaji maka metode yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah metode eksperimen."

Mengenai metode eksperimen ini, Arikunto (1990:272) menerangkan bahwa: Penelitian eksperimen adalah penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari sesuatu yang dikenakan pada subjek selidik. Sedangkan Sugiono (2011:72) menjelaskan bahwa: “Penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang takterkendalikan .”

Dari beberapa pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen adalah suatu penelitian dengan tujuan untuk menentukan ada tidaknya hubungan sebab akibat dari variabel-variabel yang akan di teliti. Hal ini untuk memperoleh gambaran yang jelas sehingga tujuan penelitian tercapai seperti yang diharapkan. Oleh karen itu metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *metode eksperimen*. Secara spesifik dapat dikemukakan bahwa penelitian ini ingin meneliti ada tidaknya pengaruh penerapan pendekatan taktis terhadap keterampilan dasar lob bertahan (*clear lob*) di Sekolah Bulutangkis Wina Tunas Harapan Cirebon.

B. Populasi dan Sampel

Sumber data diperlukan dalam suatu penelitian sejak dari penyusunan data hingga penganalisaan data. Pada umumnya sumber data dalam penelitian disebut populasi dan sampel penelitian.

a. Populasi

Populasi memegang peranan penting dalam suatu penelitian, sebab populasi merupakan objek yang akan dipergunakan sebagai bahan penelitian, sehubungan dengan populasi diungkapkan oleh Sudjana (1989:84) sebagai berikut: “ Populasi maknanya berkaitan dengan elemen, yakni untuk tempat diperolehnya informasi. Elemen tersebut bisa berupa individu, keluarga, rumah tangga, kelompok sosial, sekolah, kelas, organisasi dan lain lain.”. Lebih lanjut Sudjana (1989:6) menjelaskan bahwa, “Populasi adalah totalitas semua nilai mungkin, baik hasil menghitung maupun pengukuran kuantitatif atau kualitatif

dari pada karakteristik tertentu mengenai sekumpulan objek yang lengkap dan jelas”. Arikunto (2006:130) menjelaskan bahwa yang dimaksud populasi adalah: ”keseluruhan subjek penelitian”. Sedangkan Sugiyono (2011:80) menjelaskan bahwa: ”Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya”.

Berdasarkan penjelasan di atas maka, dapat disimpulkan bahwa populasi merupakan sumber data dan informasi. Pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa Sekolah Bulutangkis Wina Tunas Harapan Cirebon. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *simple random sampling*.

b. Sampel

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pengambilan sampel dengan cara *simple random sampling*. Sehubungan dengan pengambilan sampel *simple random sampling* Sugiono (2008:120) menjelaskan sebagai berikut :

“Dikatakan *simple* (sederhana) karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu .”

Mengenai jumlah banyaknya sampel Sugiono (2008:132) mengungkapkan teknik sampel sebagai berikut :

“Pengambilan sampel secara random atau acak dapat dilakukan dengan bilangan random, komputer, maupun dengan undian, maka setiap anggota populasi diberikan nomor terlebih dahulu, sesuai dengan jumlah anggota populasi .”

Berdasarkan pada penjelasan di atas, karena teknik pengambilan sampel adalah random atau acak, maka setiap anggota populasi mempunyai peluang sama

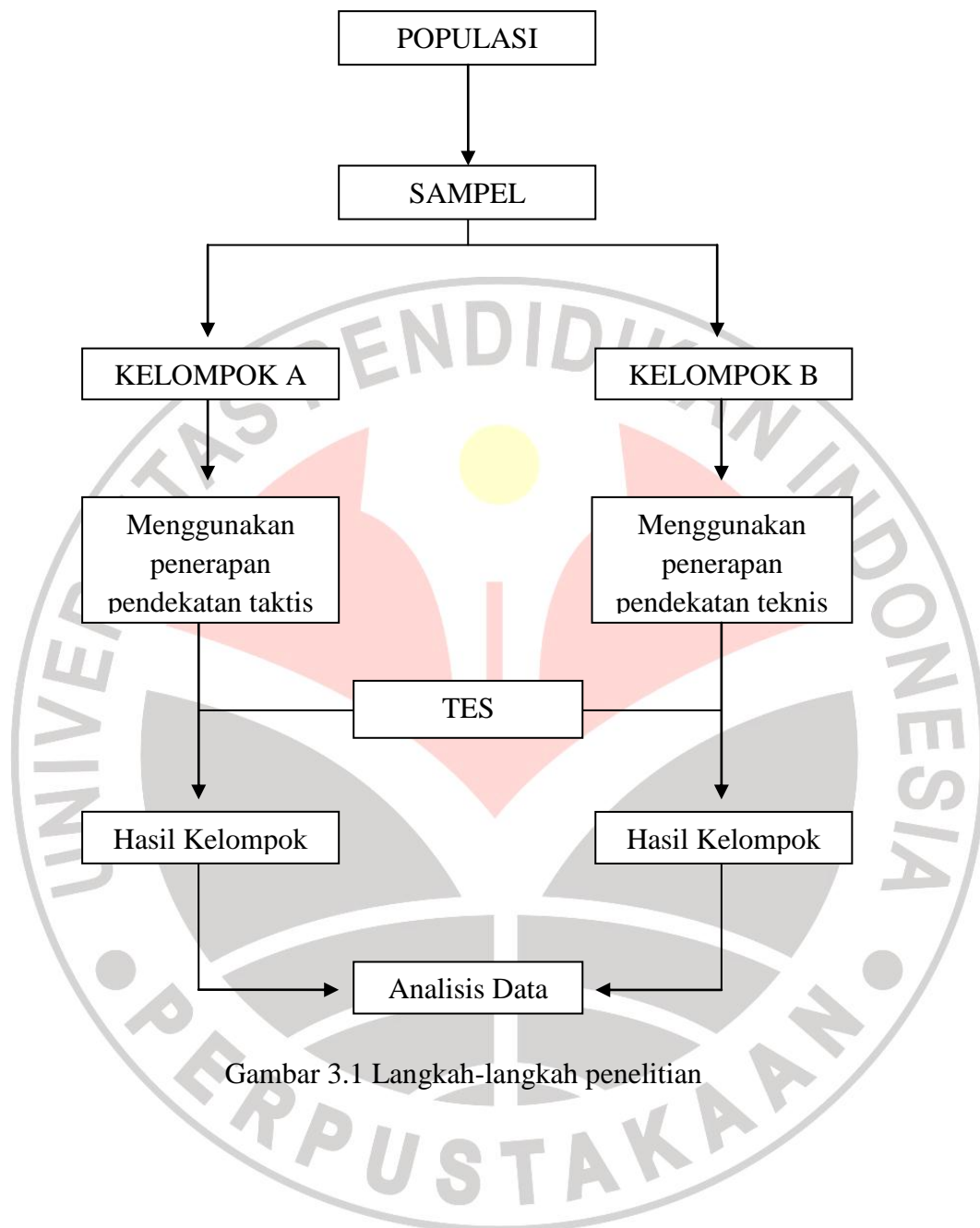
untuk dipilih menjadi anggota sampel. Maka dalam penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 20 orang.

C. Langkah-langkah dan Desain Penelitian

1. Langkah-langkah Penelitian

Dalam melaksanakan penelitian eksperimen ini, peneliti menyusun langkah-langkah sebagai berikut:

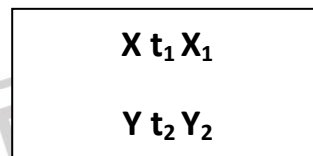
- a) Langkah pertama menentukan populasi yaitu di ambil dari siswa-siswi yang berada disekolah Bulutangkis Wina Tunas Harapan Cirebon.
- b) Kemudian menentukan sampel secara acak (*Sample Random Sampling*) tanpa memperhatikan strata pada siswa-siswi usia 10-12 tahun sebanyak 20 orang.



Gambar 3.1 Langkah-langkah penelitian

2. Desain Penelitian

Desain yang dipergunakan pada penelitian ini termasuk dalam *pre experimental design* yaitu "*Pretest and Posttest Control Group Design*". Rancangannya sebagai berikut :



Gambar 3.2
Pretest-Posttest Control Group Design
 (Sugiono 2008)

Keterangan :

X = Kelompok Eksperimen

Y = Kelompok Kontrol

T1 = Perlakuan/treatment pendekatan taktis

T2 = Perlakuan/treatment pendekatan teknis

X1 = Hasil tes kelompok pendekatan taktis

Y2 = Hasil tes kelompok pendekatan teknis

D. Instrumen Penelitian

Agar penelitian ini menjadi lebih konkrit, maka perlu ada data. Data tersebut diperoleh pada awal eksperimen sebagai data awal dan pada akhir eksperimen sebagai data akhir. Untuk mengumpulkan data dari sampel diperlukan alat yang disebut instrumen. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes pukulan lob bertahan (*clear lob*). Adapun bentuk tes lob bertahan dalam permainan bulutangkis model dari (Hidayat. Y 2004)

Ratih Agustina Rahayu, 2013

Penerapan Pendekatan Taktis Dalam Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Keterampilan Dasar Lob Bertahan (Clear Lob)

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

Tes Permainan Bulutangkis

1. Tes Lob

- a. Tujuan : mengukur dan menentukan tingkat keterampilan bulutangkis
- b. Alat/fasilitas : raket, cock, lapangan, lakban, kapur tulis dan daftar isian.
- c. Pelaksanaan : penyaji berdiri di tengah lapangan (pada titik A yang berjarak 335 cm dari net). Peserta berdiri di area BCDE (minimal 335 cm dari net) arah pukulan penyaji (pukulan servis panjang) harus terarah ke arah BCDE. *Shuttlecock* yang diarahkan penyaji harus dipukul oleh peserta melewati atas tali setinggi 3m dari permukaan lantai yang di pasang pada tiang net. Peserta melakukan tes sebanyak 6 pukulan dengan menggunakan 6 buah *shuttlecock* menyentuh tali setinggi 3m dan jatuhnya tidak sampai di area skor maka diadakan pukulan ulang.
- d. Penyeoran : hasil yang dicatat adalah angka sasaran jatuhnya *shuttlecock* pada setiap pukulan. Angka sasaran dari 6 kali pukula dijumlahkan kemudian dihitung rata-ratanya (dibagi 6). Rata-rata ini merupakan hasil tes lob.

- Rabu : pukul 16.00 – 18.00 WIB
- Jum'at : pukul 16.00 – 18.00 WIB

Dalam pelaksanaannya latihan dibagi kedalam tiga tahapan, yaitu :

a. Pemanasan atau *warming up*

Dalam pelaksanaan latihan pemanasan merupakan hal yang sangat penting melakukan aktivitas fisik atau olahraga yang mana harus dilakukan guna mempersiapkan tubuh dan otot untuk beraktifitas. (Harsono, 1992:91) menjelaskan bahwa :

Pemanasan tubuh (*warming up*) penting dilakukan sebelum berlatih, tujuan pemanasan adalah untuk mengadakan perubahan dalam fungsi organ tubuh kita guna menghadapi kegiatan fisik yang lebih berat serta untuk menghindari diri dari kemungkinan cedera otot dan sendi. Otot dan sendi yang masih “dingin” biasanya masih kaku sehingga mudah terkena kalau tiba-tiba harus latihan berat.

Pemanasan selain dapat meningkatkan suhu tubuh agar sesuai dengan situasi kerja otot juga dapat mencegah terjadinya cedera. Fadir (1990:39) mengemukakan tentang pemanasan, sebagai berikut :

Warming up adalah serangkaian aktifitas fisik yang dilakukan secara sistematis dengan tujuan merangsang dan memicu daya kerja organ-organ tubuh sebagai persiapan mental fisik untuk melakukan suatu kerja fisik pada tingkat efisiensi yang setinggi-tingginya.

b. Latihan Inti

Latihan inti merupakan latihan pokok bulutangkis dalam meningkatkan keterampilan lob bertahan (*clear lob*).

- Latihan inti untuk kelompok A dimulai dari: *game, drill, game*.
- Latihan inti untuk kelompok B dimulai dari: *drill, games, drill*.

c. Penutup

Dalam suatu latihan penutup adalah bentuk latihan yang bertujuan untuk mengembalikan organ-organ tubuh ke dalam keadaan *rileks* dan menghilangkan ketegangan baik fisik atau mental secara emosional sehingga tubuh kembali pulih. Penutupan ini dilakukan dengan cara menggerak-gerakan relaksasi, evaluasi, pemberian motivasi, dan mendiskusikan kesulitan-kesulitan siswa pada saat melakukan latihan.

Rangkaian pelaksanaan pembelajaran diatas hanya inti-intinya saja, untuk lebih jelasnya dapat dilihat di tabel 3.1 tentang struktur pembelajaran dibawah ini:

Tabel 3.1 Program Struktur Pembelajaran

Pertemuan	Pendekatan Taktis	Pendekatan Teknis
1	Tes awal	Tes awal
2	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : siswa diberikan permainan permainan melempar satelkok dengan batas setengah lapangan dan berkompetisi selama 20 detik 2. Drill : shadow training depan-belakang setengah lapangan sebanyak 5 gerakan 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill : shadow training depan-belakang setengah lapangan sebanyak 5 gerakan 2. Game : siswa diberikan permainan permainan melempar satelkok dengan batas setengah lapangan dan berkompetisi selama 20 detik

	<p>3. Game : siswa diberikan permainan permainan melempar satelkok dengan batas setengah lapangan dan berkompetisi selama 20 detik</p> <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi 	<p>3. Drill : shadow training depan-belakang setengah lapangan sebanyak 5 gerakan</p> <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi
3	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : siswa diberikan permainan melempar satelkok dengan batas setengah lapangan dan berkompetisi selama 30 detik 2. Drill : shadow training depan-belakang setengah lapangan sebanyak 10 gerakan 3. Game : siswa diberikan permainan melempar satelkok dengan batas setengah lapangan dan berkompetisi selama 30 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill: shadow training depan-belakang setengah lapangan sebanyak 10 gerakan 2. Game : siswa diberikan permainan melempar satelkok dengan batas setengah lapangan dan berkompetisi selama 30 detik 3. Drill: shadow training depan-belakang setengah lapangan sebanyak 10 gerakan

	<p>detik</p> <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi 	<p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi
4	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : permainan lob setengah lapangan secara berpasangan secara 3 menit 2. Drill : shadow training depan-belakang satu lapangan penuh sebanyak 10 gerakan 3. Game : permainan lob setengah lapangan secara berpasangan secara 3 menit <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill : shadow training depan-belakang satu lapangan penuh sebanyak 10 gerakan 2. Game : permainan lob setengah lapangan secara berpasangan secara 3 menit 3. Drill : shadow training depan-belakang satu lapangan penuh sebanyak 10 gerakan <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi
5	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis

	<p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : permainan lob setengah lapangan secara berpasangan secara 5 menit 2. Drill : shadow training depan-belakang satu lapangan penuh sebanyak 15 gerakan 3. Game : permainan lob setengah lapangan secara berpasangan secara 5 menit <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi 	<p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill : shadow training depan-belakang satu lapangan penuh sebanyak 15 gerakan 2. Game : permainan lob setengah lapangan secara berpasangan secara 5 menit 3. Drill : shadow training depan-belakang satu lapangan penuh sebanyak 15 gerakan <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi
--	---	---

6	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : permainan lob setengah lapangan menggunakan skor 5 2. Drill : shadow training depan-belakang satu lapangan penuh sebanyak 20 gerakan 3. Game : permainan lob setengah lapangan menggunakan skor 5 <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill : shadow training depan-belakang satu lapangan penuh sebanyak 20 gerakan 2. Game : permainan lob setengah lapangan menggunakan skor 5 3. Drill : shadow training depan-belakang satu lapangan penuh sebanyak 20 gerakan <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi
---	---	--

7	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : permainan lob setengah lapangan menggunakan skor 10 2. Drill : drilling lob setengah lapangan sebanyak 20 satelkok dikali 2 setiap siswa 3. Game : permainan lob setengah lapangan menggunakan skor 10 <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill : drilling lob setengah lapangan sebanyak 20 satelkok dikali 2 setiap siswa 2. Game : permainan lob setengah lapangan menggunakan skor 10 3. Drill : drilling lob setengah lapangan sebanyak 20 satelkok dikali 2 setiap siswa <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi
8	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : permainan lob setengah lapangan silang selama 3 menit 2. Drill : drilling lob setengah lapangan sebanyak 20 satelkok 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill : drilling lob setengah lapangan sebanyak 20 satelkok dikali 3 setiap siswa 2. Game : permainan lob setengah lapangan silang

	<p>dikali 3 setiap siswa</p> <p>3. Game : permainan lob setengah lapangan silang selama 3 menit</p> <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi 	<p>selama 3 menit</p> <p>3. Drill : drilling lob setengah lapangan sebanyak 20 satelkok dikali 3 setiap siswa</p> <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi
9	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : permainan lob setengah lapangan silang selama 5 menit 2. Drill: drilling lob setengah lapangan silang sebanyak 20 satelkok dikali 2 setiap siswa 3. Game : permainan lob setengah lapangan silang selama 5 menit <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill : drilling lob setengah lapangan silang sebanyak 20 satelkok dikali 2 setiap siswa 2. Game : permainan lob setengah lapangan silang selama 5 menit 3. Drill : drilling lob setengah lapangan silang sebanyak 20 satelkok dikali 2 setiap siswa <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi

10	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : permainan lob setengah lapangan silang menggunakan skor 5 2. Drill : drilling lob setengah lapangan silang sebanyak 20 satelkok dikali 3 setiap siswa 3. Game : permainan lob setengah lapangan silang menggunakan skor 5 <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill : drilling lob setengah lapangan silang sebanyak 20 satelkok dikali 3 setiap siswa 2. Game : permainan lob setengah lapangan silang menggunakan skor 5 3. Drill : drilling lob setengah lapangan silang sebanyak 20 satelkok dikali 3 setiap siswa <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi
11	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : permainan lob setengah lapangan silang menggunakan skor 10 2. Drill : drilling lob satu 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill : drilling lob satu lapangan sebanyak 20 satelkok dikali 2 setiap siswa

	<p>lapangan sebanyak 20 satelkok dikali 2 setiap siswa</p> <p>3. Game : permainan lob setengah lapangan silang menggunakan skor 10</p> <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi 	<p>2. Game : permainan lob setengah lapangan silang menggunakan skor 10</p> <p>3. Drill : drilling lob satu lapangan sebanyak 20 satelkok dikali 2 setiap siswa</p> <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi
12	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : permainan lob satu lapangan penuh selama 3 menit 2. Drill : drilling lob satu lapangan penuh sebanyak 20 satelkok dikali 3 setiap siswa 3. Game : permainan lob satu lapangan penuh selama 3 menit <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill : drilling lob satu lapangan penuh sebanyak 20 satelkok dikali 3 setiap siswa 2. Game : permainan lob satu lapangan penuh selama 3 menit 3. Drill : drilling lob satu lapangan penuh sebanyak 20 satelkok dikali 3 setiap siswa <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi

	<ol style="list-style-type: none"> 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi 	<ol style="list-style-type: none"> 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi
13	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : permainan lob satu lapangan penuh selama 5 menit 2. Drill : stroke lob setengah lapangan berpasangan selama 5 menit 3. Game : permainan lob satu lapangan penuh selama 5 menit <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill : stroke lob setengah lapangan berpasangan selama 5 menit 2. Game : permainan lob satu lapangan penuh selama 5 menit 3. Drill : stroke lob setengah lapangan berpasangan selama 5 menit <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi
14	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : permainan lob satu lapangan penuh menggunakan skor 5 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill : stroke lob setengah lapangan silang berpasangan selama 5

	<p>2. Drill : stroke lob setengah lapangan silang berpasangan selama 5 menit</p> <p>3. Game : permainan lob satu lapangan penuh menggunakan skor 5</p> <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi 	<p>menit</p> <p>2. Game : permainan lob satu lapangan penuh menggunakan skor 5</p> <p>3. Drill : stroke lob setengah lapangan silang berpasangan selama 5 menit</p> <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi
15	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game : permainan lob satu lapangan penuh menggunakan skor 10 2. Drill : stroke lob setengah lapangan penuh berpasangan selama 5 menit 3. Game : permainan lob satu lapangan penuh menggunakan skor 10 <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi 	<p>Pendahuluan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemanasan statis 2. Pemanasan dinamis <p>Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drill : stroke lob setengah lapangan penuh berpasangan selama 5 menit 2. Game : permainan lob satu lapangan penuh menggunakan skor 10 3. Drill : stroke lob setengah lapangan penuh berpasangan selama 5 menit <p>Penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Relaksasi

	2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi	2. Evaluasi 3. Pemberian motivasi 4. Diskusi
16	Tes akhir	Tes akhir

F. Prosedur Penelitian

Data yang diperoleh dari hasil tes diolah secara statistika untuk mendapatkan data yang valid. Dalam pengolahan data penulis menggunakan rumus-rumus dari sudjana, adapun langkah-langkah pengolahan dan penganalisisan data yang penulis tempuh adalah :

1. Menghitung rata-rata dari masing-masing kelompok dengan menggunakan rumus :

$$\bar{X} = \frac{\sum x_i}{n}$$

Arti tanda-tanda rumus tersebut, adalah :

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

Σ = Jumlah

x_i = Nilai Mentah

n = Besaran sampel

2. Menghitung simpangan baku masing-masing kelompok dengan menggunakan rumus :

$$S = \sqrt{\frac{\sum X_i - \bar{X}}{n - 1}}$$

S = simpangan baku atau standar deviasi

Σx_i = jumlah nilai mentah

\bar{X} = jumlah nilai rata-rata

n = besarnya sampel

3. Menghitung atau menguji normalitas data dengan uji Lilifirs. Prosedur pengerjaanya, adalah:

a. Pengamatan X_1, X_2, \dots, X_n dijadikan bilangan baku Z_1, Z_2, \dots, Z_n dengan menggunakan rumus

$$Z_1 = \frac{x - \bar{X}}{s}$$

b. Untuk setiap bilangan baku ini menggunakan daftar distribusi normal baku, kemudian dihitung peluang :

$$F(Z_i) = P(Z \leq Z_i)$$

c. Selanjutnya dihitung proporsinya Z_1, Z_2, \dots, Z_n yang lebih kecil atau sama dengan Z_i , jika proporsi ini dinyatakan oleh $S(Z_i)$, maka:

$$S(Z_i) = \frac{Z_1, Z_2, \dots, Z_n \leq Z_1}{n}$$

d. Hitung $F(Z_i) - S(Z_i)$, kemudian tentukan harga mutlaknya.

e. Ambil harga yang paling besar antara harga-harga tersebut. Sebutlah harga mutlak ini L_o

4. Menguji homogenitas dua varians dengan rumus :

$$F = \frac{\text{Varians terbesar}}{\text{Varians terkecil}}$$

Pengujian hipotesisnya adalah tolak H_0 jika $F \geq F_{1/2\alpha}(V_1, V_2)$ dengan $F_{1/2\alpha}$, sedangkan derajat kebebasan V_1 dan V_2 masing-masing sesuai dengan dk pembilang dan penyebut. Jadi kedua kelompok adalah homogen apabila F hitung lebih kecil dari F tabel.

5. Penguji hipotesis dengan perhitungan uji kesamaan dua rata-rata (uji dua pihak) dengan rumus sebagai berikut:

$$a. S^2 = S = \frac{(n_1-1)S_1^2 + (n_2-1)S_2^2}{n_1+n_2-2}$$

Arti unsur-unsur tersebut adalah:

S_1 = Nilai simpangan baku kelompok eksperimen

S_2 = Nilai simpangan baku kelompok kontrol

n = Jumlah sampel

Terima hipotesis apabila jika $-t_{1-\frac{1}{2}\alpha} \leq t \leq t_{1-\frac{1}{2}\alpha}$ dimana $t_{1-\frac{1}{2}\alpha}$ didapat dari daftar distribusi t dengan peluang $(1 - \frac{1}{2}\alpha)$ dan dk = (n-1).

Dalam hal lainnya H_0 ditolak.

- b. Lalu dilanjutkan dengan rumus:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{S^2 \left\{ \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right\}}}$$

Arti unsur-unsur tersebut adalah:

t = nilai kritis untuk uji signifikan

\bar{X}_1 = Nilai rata-rata kelompok eksperimen

\bar{X}_2 = Nilai rata-rata kelompok kontrol

SB = simpangan baku

n = jumlah sampel

Jika hasil di atas $\sigma_1 \neq \sigma_2$, maka digunakan statistik t' dengan rumus sebagai berikut:

$$t' = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\left(\frac{S_1^2}{n_1} \right) \left(\frac{S_2^2}{n_2} \right)}}$$

Kriteria pengujian adalah : terima hipotesis H_0 jika $t' \geq \frac{W_1 t_1 + W_2 t_2}{W_1 + W_2}$,

dengan : $W_1 = \frac{S_1^2}{n_1}$, $W_2 = \frac{S_2^2}{n_2}$, $t_1 = t_{(1-1/2\alpha), (n_1-1)}$, $t_2 = t_{(1-1/2\alpha), (n_2-1)}$.

peluang untuk penggunaan daftar distribusi t ialah $(1 - \alpha)$ sedangkan $dk = n-1$.

Dengan : $W_1 = \frac{S_1^2}{n_1}$; $W_2 = \frac{S_2^2}{n_2}$

$$t_1 = t_{(1-1/2\alpha), (n_1-1)}$$

$$t_2 = t_{(1-1/2\alpha), (n_2-1)}$$

G. Lokasi Penelitian

Dalam penelitian ini penulis melakukan penelitian di lapangan Sekolah Bulutangkis Wina Tunas Harapan Cirebon yang berada di jalan Pangeran Drajat kota Cirebon.