

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan pendekatan kuantitatif dengan penelitian eksperimen, dimana suatu hal dapat diteliti adanya pengaruh atau tidak dalam penelitian tersebut. Penelitian kuantitatif itu menelaah obyek dengan cara menghitung dengan menggunakan satuan angka untuk menetapkan ukuran obyek yang dipelajari baik yang riil maupun obyek abstrak. Pemahaman konsep dasar penelitian kuantitatif tidak bisa dipahami dari satu aspek tertentu, melainkan harus ditinjau dari beberapa aspek. Menurut Widodo (2009, hlm.19) konsep dasar penelitian kuantitatif digunakan beberapa konsep, yaitu pendekatan, metode, data, dan analisis. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu (*Quasi Experimental Research*). Menurut Nana Syaodih Sukmadinata (2010, hlm.207), eksperimen ini bukan merupakan eksperimen murni tetapi seperti murni atau seolah-olah murni karena berbagai hal terutama berkenaan dengan pengontrolan variabel kemungkinan sukar sekali dapat digunakan eksperimen murni.

Penelitian ini menggunakan desain the one group pretest dan posttest design. Dalam design satu kelompok (kelas eksperimen) dikenai satu perlakuan tertentu. Observasi dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan terhadap kelas eksperimen.

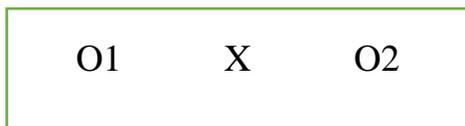
Vicky Hikmah Melati, 2018

**DAMPAK PENGGUNAAN MEDIA *PULL BOUY* TERHADAP
KETERAMPILAN RENANG GAYA KUPU-KUPU**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

| perpustakaan.upi.edu

Kelompok eksperimen diberi perlakuan menggunakan media pull bouy selama beberapa waktu latihan. Sebelum diberi perlakuan maka ada pretest terlebih dahulu yang dimana untuk melihat peningkatan yang signifikan ketika setelah diberi perlakuan. Setelah selesai perlakuan kelas tersebut diberi posttest yang bertujuan untuk mengukur waktu setelah perlakuan yang telah diberikan. Adapun rancangan eksperimen dalam penelitian ini ditunjukkan dalam gambar 3.1 di bawah ini:



Gambar 3.1 Desain the one group pretest dan posttest design

Keterangan :

O1 : Pre-test (sebelum menggunakan media pull bouy).

O2 : Post-test (setelah menggunakan media pull bouy).

X : Treatment (media pull bouy)

Dari penelitian ini sampel diberikan tes awal sebelum diberikan treatment atau perlakuan dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan awal pada kelompok sebelum diberikan perlakuan dan pelaksanaan tes akhir. Setelah kelompok eksperimen melakukan tes awal, selanjutnya kelompok eksperimen diberikan treatment yaitu dengan menggunakan media pull bouy.

3.2 Populasi dan Sampel

Populasi menurut Rusli, dkk (2014, hlm. 82) adalah sekelompok subyek yang diperlukan oleh peneliti, yaitu kelompok dimana peneliti ingin mengeneralisasikan temuan penelitiannya.

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet club renang yang berjumlah 10 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling yaitu cara pengambilan sampel sama dengan seluruh jumlah yang ada pada populasi.

Sampel menurut Rusli, dkk (2014, hlm. 106) adalah kumpulan individu yang mempunyai karakteristik yang sama dengan populasi penelitian dari mana data atau informasi itu diperoleh.

Sampel dalam penelitian ini adalah 10 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah total sampling, dimana peneliti mempunyai asumsi bahwa semua sampel dalam populasi memiliki kemampuan yang sama karena berstatus atlet club renang Tirtamerta yang berjumlah 10 orang.

3.3 Instrumen Penelitian

Dalam suatu penelitian untuk mengukur apa yang akan kita teliti dibutuhkan alat atau instrumen penelitian untuk mendapatkan informasi atau data yang akurat. Menurut Sugiyono (2016, hlm.148) mengemukakan bahwa instrumen penelitian adalah suatu alat ukur yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati.”

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dari sampel penelitian ini adalah:

1. Tes Renang Gaya Kupu-kupu

Melakukan test awal renang 50 meter tanpa menggunakan pull bouy dan tes akhir renang 50 meter menggunakan pull bouy. Waktu renang diukur menggunakan stopwatch dengan satuan detik. *Stopwatch* yang digunakan bermerk Rox dengan ketelitian 0,01 sekon (detik). Tes menggunakan kolam dengan panjang 25 meter sehingga dilakukan dua kali balikan. Alasan menggunakan kolam dengan panjang 25 meter karena disesuaikan dengan panjang kolam yang biasa digunakan pada saat latihan.

Cara yang dilakukan adalah:

- Atlet melakukan start dengan tanda peluit berbunyi dan berhenti setelah menyentuh finish.
- Pengukur waktu berada pada garis finish, untuk mencatat waktu yang ditempuh oleh atlet.
- Hasil waktu tempuh dicatat dengan satuan detik.



Gambar 3.2. Stopwatch Merk Rox.

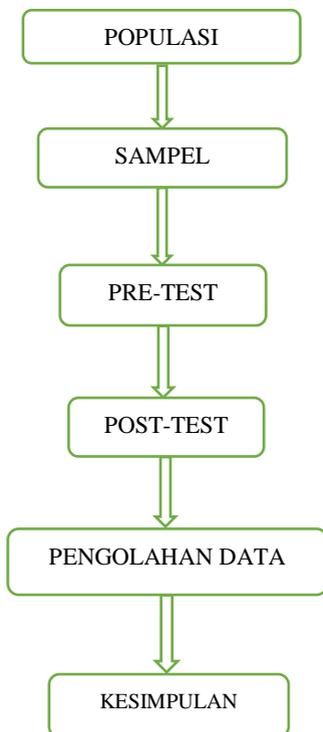


Gambar 3.2 Kolam Renang Graha Melati (Tirtamerta Bandung)

3.4 Prosedur Penelitian

Agar mempermudah langkah-langkah yang harus dilakukan dalam suatu penelitian, diperlukan suatu alur penelitian yang dijadikan pegangan agar peneliti tidak keluar dari ketentuan yang sudah ditetapkan sehingga tujuan atau hasil yang diperoleh sesuai dengan yang diharapkan.

Agar lebih jelasnya mengenai prosedur yang digunakan oleh penulis sebagai berikut ini:



Untuk mengetahui secara kronologis langkah-langkah penelitian yang akan dilakukan. Maka harus dijelaskan secara rinci bagaimana prosedur penelitian ini dilakukan. Hal ini dapat dilihat sebagai berikut:

1. Menentukan populasi yaitu atlet renang club Tirtamerta Bandung.
2. Menentukan sampel yaitu atlet renang club Tirtamerta Bandung.
3. Selanjutnya melakukan tes awal, kelompok kontrol tidak menggunakan pull bouy dan kelompok eksperimen menggunakan pull bouy.

4. Kemudian melakukan tes akhir, kelompok kontrol tidak menggunakan pull bouy dan kelompok eksperimen menggunakan pull bouy.
5. Langkah terakhir yaitu melakukan pengolahan data, menganalisis dan menarik kesimpulan dari hasil pengolahan data dan analisis data.

3.5 Metode Pengumpulan Data

Menurut Mahendra (dalam Noor, 2012, hlm.46) mengatakan bahwa “Untuk mengembangkan keterampilan yang baik, maka diperlukan waktu selama satu bulan atau tiga sampai empat minggu latihan. Menurut Kats dan Mc Ardle (dalam Harsono, 1988, hlm.116) menjelaskan bahwa “lamanya berlatih di dalam traing zone: untuk olahraga prestasi 45-120 menit, untuk olahraga kesehatan 20-30 menit.” Dalam penelitian ini, tes dilakukan untuk mengukur waktu seberapa cepat atlet berenang sampai dengan jarak yang sudah ditentukan dan melihat keterampilan gerak renang gaya kupu-kupu. Untuk banyak latihan yang dilakukan adalah 4 kali per-minggu. Lamanya latihan dapat meningkatkan kekuatan pada otot, seperti yang dikatakan oleh Harsono (1988, hlm. 179).

Dalam penelitian ini yang digunakan ada dua jenis test yaitu Pre-test dan Post-test. Keduanya memiliki karakteristik yang sama, hanya saja perbedaannya terletak pada waktu pelaksanaannya, yaitu Pre-test dilakukan pada awal sebelum perlakuan sedangkan Post-test dilakukan ketika setelah selesai perlakuan. Tes yang digunakan yaitu tes menggunakan media pull bouy.

3.6 Waktu dan Tempat Penelitian

Untuk memperoleh data yang diharapkan sesuai dengan permasalahan penelitian, maka waktu dan tempat yang dilaksanakan untuk kegiatan penelitian ini adalah:

1. Tes renang gaya kupu-kupu 50m

Tempat : Kolam Renang Graha Melati (Tirtamerta Bandung)

Waktu : 28 Juni-29 Juli 2018

3.7 Analisis Data

Menurut Sugiyono (2014, hlm.207) Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Data yang didapat dari hasil tes renang gaya kupu-kupu menggunakan media pull bouy dengan jarak 50m merupakan data yang masih mentah. Oleh karena itu, data tersebut perlu diolah agar mempunyai arti yang dapat disimpulkan. Adapun proses pengolahan dengan menggunakan statistic dengan bantuan program *software SPSS statistic 17.0*.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji untuk mengetahui apakah data penelitian tersebut berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas menggunakan bantuan program SPSS dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*.

2. Uji Peningkatan

Setelah dilakukan pengujian analisis dari data uji normalitas, maka selanjutnya adalah melakukan uji peningkatan. Pada uji ini menggunakan sample yang sama, namun diberi perlakuan yang berbeda