

BAB III

PROSEDUR PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Dalam suatu penelitian diperlukan suatu metode. Penggunaan metode dalam penelitian disesuaikan dengan masalah dan tujuan penelitiannya. Metode penelitian merupakan cara yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data penelitiannya. Tujuan penelitian adalah untuk mengungkapkan, menggambarkan, dan menyimpulkan data guna memecahkan suatu masalah melalui cara-cara tertentu yang sesuai dengan prosedur penelitian.

Mengenai penentuan metode penelitian, Arikunto (2006:149) mengemukakan bahwa “Faktor-faktor yang mempengaruhi jenis pendekatan ini antara lain: tujuan penelitian, waktu dan dana yang tersedia, tersedianya subjek penelitian, dan minat atau selera peneliti”. Metode penelitian yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Mengenai metode deskriptif diungkapkan oleh Nazir (2002:54) bahwa : “Metode deskriptif adalah suatu metode dalam meneliti setatus sekelompok manusia, suatu subjek, suatu set kondisi, suatu set pemikiran, ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang.”

Ciri-ciri metode deskriptif seperti yang dijelaskan oleh Nazir (2002:55) Yaitu : “Kerja peneliti, bukan saja memberikan gambaran terhadap fenomena-fenomena,

tetapi juga menerangkan hubungan, menguji hipotesis-hipotesis, membuat prediksi serta mendapatkan makna dan implikasi dari suatu masalah yang ingin dipecahkan”.

Untuk lebih memudahkan dalam pelaksanaan penelitian, maka berikut ini terdapat langkah-langkah dalam melaksanakan penelitian ini:(a) Mengumpulkan data, (b) Menyusun dan mengolah data, (c) Menganalisa data, (d) Menafsirkan data, (e) Kesimpulan

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Dalam menyusun sampai menganalisis data sehingga memperoleh gambaran yang sesuai dengan apa yang diharapkan dalam penelitian ini memerlukan sumber data. Pada umumnya sumber data dalam penelitian disebut populasi atau sampel penelitian. Populasi menurut Sudjana (2006:130) adalah sebagai berikut “Populasi adalah keseluruhan objek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi”.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat dikatakan bahwa populasi adalah sekumpulan objek yang akan diteliti, dimana pada akhirnya dari sekumpulan objek tersebut diperoleh data atau informasi yang berguna untuk memecahkan masalah penelitian. Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah anggota binaan Klub futsal lambada Bandung Barat. Alasan penulis memilih anggota binaan Klub futsal lambada adalah karena pada saat ini penulis termasuk dalam staf pelatih di Klub

futsal lambada, sehingga untuk masalah proses perizinan dan pelaksanaan penelitian diharapkan akan memudahkan penulis. Begitu pula dari segi jarak, waktu, dan biaya dalam melaksanakan penelitian bisa lebih efektif dan efisien.

2. Sampel

Mengenai sampel penelitian Sugiyono (2010:81) menyatakan bahwa : “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang di miliki oleh populasi tersebut.”

Arikunto (2010:174) yang mengemukakan bahwa:

Sampel adalah sebagian atau wakil yang diteliti. Dinamakan penelitian sampel apabila kita bermaksud untuk menggeneralisasikan hasil penelitian sampel. Yang dimaksud dengan menggeneralisasikan adalah mengangkat kesimpulan penelitian sebagai suatu yang berlaku bagi populasi.

Berdasarkan pada penjelasan tersebut, maka untuk jumlah sampel penelitian ini ditetapkan oleh penulis sebesar 100% atau total dari populasi yaitu sebanyak 24 orang, maka penulis mengambil total sampel dalam penelitian ini adalah binaan pelatihan Club futsal Lambada yang mengikuti pelatihan futsal yang mempunyai karakteristik sebagai berikut:

- a. Sampel adalah binaan pelatihan Club Futsal Lambada yang mengikuti pelatihan futsal.
- b. Sampel tersebut menguasai teknik – teknik dasar permainan futsal
- c. Sampel merupakan kelompok yang aktif dalam setiap latihan, hal ini untuk memudahkan peneliti dalam setiap pengambilan data.

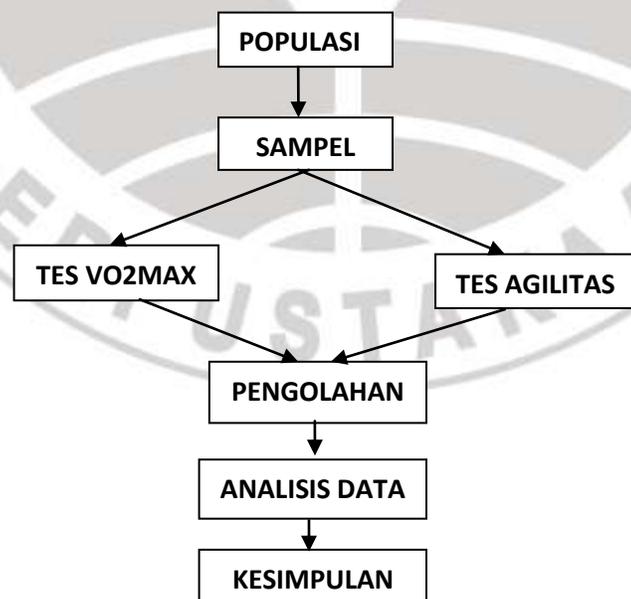
C. Langkah - langkah Penelitian

Mengenai langkah-langkah penelitian, Sutresna (2002:125) yang diadaptasi dari Gay (1996:91-98) menjelaskan bahwa: “Umumnya langkah penelitian diawali dengan proses penelusuran masalah, penelusuran data dan teori, perumusan hipotesis, penentuan metode penelitian, analisis dan interpretasi data, penarikan kesimpulan, implikasi dan saran”.

Pada penelitian ini, langkah-langkah yang telah disusun adalah sebagai berikut :

1. Menetapkan populasi dan sampel penelitian
2. Pengambilan dan pengumpulan data melalui tes dan pengukuran
3. Analisis data
4. Menetapkan kesimpulan

Langkah-langkah dalam penelitian ini terlihat dalam skema gambar berikut :



Gambar 3.2 Langkah-langkah Penelitian

D. Instrumen Penelitian

Dalam suatu penelitian diperlukan suatu alat untuk mengumpulkan data, seperti yang dikemukakan oleh Arikunto (2002:136) sebagai berikut “instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis, sehingga mudah diolah”. Data tersebut diperoleh melalui suatu tes dan pengukuran. Kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengumpul data atau alat ukurnya.

Tes merupakan alat ukur. Menurut Nurhasan (2007:1) “tes merupakan suatu alat yang digunakan dalam memperoleh data dari suatu objek yang akan diukur, sedangkan pengukuran merupakan suatu proses untuk memperoleh data.”

Kegunaan dari tes dan pengukuran dalam bidang olahraga pada umumnya dan futsal pada khususnya menurut Nurhasan dalam buku *Kumpulan Materi Pelatihan pelatih Fisik Sepak Bola* (2007:3) adalah sebagai berikut :

1. Membangkitkan motivasi
2. Membantu dalam menilai kemampuan
3. Penyampaian data
4. Umpan balik (*feed back*)

Dalam penelitian ini penulis menggunakan bleep test dan Shuttle-Run sebagai alat ukur untuk mengumpulkan data.

1. Bleep test

a. Fasilitas dan alat :

- Lintasan datar dan tidak licin sepanjang 20 meter
- Meteran
- Kaset atau CD
- Cone (patok)

b. Petugas :

- Pengukur jarak
- Petugas start
- Pencatat skor

c. Pelaksanaan :

- Ukurlah jarak lintasan sepanjang 20 meter kemudian beri tanda pada kedua ujungnya dengan kerucut
- Peserta melakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum mengikuti tes
- Start boleh dari garis manapun, peserta tes melakukan lari bolak-balik pada lintasan sepanjang 20 meter yang sudah ditentukan
- Peserta tes berusaha sampai ke ujung berlawanan bertepatan dengan saat sinyal “TUT” yang pertama berbunyi, kemudian meneruskan

berlari dengan kecepatan sama agar dapat sampai ke ujung lintasan bertepatan dengan sinyal “TUT” berikutnya

- Setelah mencapai waktu selama satu menit interval waktu diantara kedua sinyal “TUT” akan berkurang, sehingga kecepatan lari harus makin ditingkatkan
- Apabila peserta tes telah mencapai salah satu batas lari sebelum sinyal “TUT” berikutnya, peserta tes harus berbalik dan menunggu isyarat bunyi “TUT” kemudian melanjutkan lari dan menyesuaikan kecepatan lari pada tahap berikutnya
- Tes ini dikatakan selesai atau berhenti jika peserta telah melanggar atau tidak mengikuti perintah dari kaset 2x berturut-turut apabila peserta belum sampai menyelesaikan larinya setelah bunyi “TUT” maka dicatat tahapan dan balikkannya.

2. Shuttle-Run

Nurhasan (2007:179)

Reliabilitas 0,93 laki-laki dan 0,92 perempuan

Validitas 0,82 laki-laki dan 0,72 perempuan

- a. Tujuan : Mengukur kelincahan
- b. Fasilitas dan alat : Stop watch dan bidang datar selebar 15 m
- c. Pelaksanaan :

- Subjek berdiri dibelakang garis star, dengan salah satu kaki diletakan di depan.
 - Pada aba-aba “ya” diberikan, subjek dengan segera dan cepat mungkin lari kedepan menuju garis akhir dan menyentuh garis tersebut dengan kaki.
 - Setelah itu kembali ke garis star dan menyentuh garis tersebut, kemudian berputar lagi dan menuju garis akhir lagi.
 - Demikian seterusnya dilakukan lari bulak balik sehingga mencapai frekuensi lari sebanyak 6 x 10 meter.
 - Orang coba diberikan kesempatan melakukan tes tersebut sebanyak dua kali.
- d. Skor : Waktu terbaik dari dua kali kesempatan yang di catat sampai 1/10 detik menggunakan Stop watch.

Nilai Standar Agilitas
(Shuttle Run)

AMBILAN AGILITAS	KATAGORI	JENIS KELAMIN	AMBILAN AGILITAS	KATAGORI
17,7 – 17,2	KURANG	PUTERA	KURANG	19,6 – 19,0
17,1 – 16,7	CUKUP		CUKUP	18,9 – 18,3
16,6 – 16,1	BAIK		BAIK	18,2 – 17,5
16,0 – 15,6	BAIK SEKALI		BAIK SEKALI	17,4 – 16,8
≤ 15,5	SEMPURNA	PUTERI	SEMPURNA	≤ 16,7

sumber

Nurhasan, Hasanudin (2007:6)

E. Prosedur Pengolahan dan Analisis Data

Setelah data dari tes awal dan tes akhir terkumpul, langkah selanjutnya adalah mengolah dan menganalisis data tersebut secara statistik. Langkah-langkah pengolahan data tersebut ditempuh dengan prosedur sebagai berikut:

1. Mencari nilai rata-rata dari skor yang tidak dikelompokkan. Menurut Nurhasan (2002:24) bahwa, “cara ini biasanya digunakan apabila kelompok itu jumlah anggotanya relatif kecil (di bawah 30).” Pendekatan statistiknya menggunakan rumus:

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

Arti dari tanda-tanda dalam rumus tersebut adalah :

- \bar{X} : Skor rata-rata yang dicari
- X : Skor yang diperoleh
- N : Jumlah sampel
- Σ : ‘Sigma’ yang berarti jumlah

2. Menghitung simpangan baku, dengan skor yang tidak dikelompokkan, menurut Nurhasan (2002:37) menggunakan pendekatan statistika dengan rumus:

$$S = \sqrt{\frac{\sum(X_i - \bar{X})^2}{n - 1}}$$

Arti unsur-unsur tersebut adalah:

- S : Simpangan baku

X_1 : Skor yang dicapai seseorang
 \bar{X} : Nilai rata-rata
 n : Banyaknya jumlah orang

3. Karena data yang diperoleh dari hasil penelitian ini berupa angka-angka maka metode analisis data yang dipakai dalam pengolahan data adalah metode analisis data statistik, hal ini sesuai dengan pendapat Sutrisno Hadi (1988:221) yang dikutip oleh Sudarmo (2007:45), mengatakan bahwa “cara-cara ilmiah yang dipersiapkan untuk mengumpulkan data, menganalisis data penyelidikan yang berwujud angka-angka dalam teknik statistik”. Teknik yang dipakai untuk memperoleh data penelitian adalah statistik deskripsi dengan metode analisis deskriptif presentase.

- a. Dengan analisis statistik obyektif hasil penelitian lebih terjamin, karena prosedurnya menggunakan data matematis yang logis.
- b. Statistik dapat meringkas data yang besar dalam bentuk yang sederhana, sehingga mudah diketahui. Data-data tersebut dianalisis dengan menggunakan analisis *Deskriptif Presentase*, sebagai berikut:

$$DF = \frac{F}{N} \times 100 \% = \%$$

Keterangan:

DF : Klasifikasi Nilai
 F : Jumlah siswa yang masuk dalam klasifikasi nilai dalam setiap tes
 N : Jumlah keseluruhan populasi

(Sutrisno Hadi, 1988:221 dalam Sudarmo, 2007:46)