

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh model pendidikan olahraga terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah bola voli di SMPN 1 Plered Cirebon. Metode penelitian sangat penting karena turut menentukan tercapai atau tidak tujuan penelitian. Apabila dalam suatu penelitian menggunakan metode yang tepat, maka kebenaran yang diungkap dalam penelitian dengan mudah untuk dipertanggungjawabkan. Metode penelitian menurut Sugiyono (2011, hlm. 1) menyatakan bahwa “metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu atau dengan desain terdapat suatu kelompok diberi *treatment* perlakuan, dan selanjutnya diobservasi hasilnya.” Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen kuantitatif. Menurut Sugiyono (2012, hlm. 107) “metode eksperimen diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali.” Berdasarkan pedoman tersebut, maka penulis akan melakukan pengamatan untuk memperoleh data penelitian sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mendeskripsikan dan menganalisis data dari model pendidikan olahraga terhadap gerak dasar *passing* permainan bola voli tersebut.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan desain *Pretest-post test Control Group Design*. Pada desain ini terdapat dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok terlebih dahulu diberikan tes awal (*Pretest*) dengan tes yang sama. Kemudian kelompok eksperimen diberi *treatment* dengan menggunakan model pembelajaran pendidikan olahraga. Sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan *treatment* dengan kata lain masih menggunakan model yang konvensional.

3.1 Tabel Desain Penelitian

Pretest-post test Control Group Design

Sampel	Pretest	Treatment	Posttest
R	O ₁	X	O ₂
R	O ₃	-	O ₄

Sumber: Sugiyono (2012, hlm. 112)

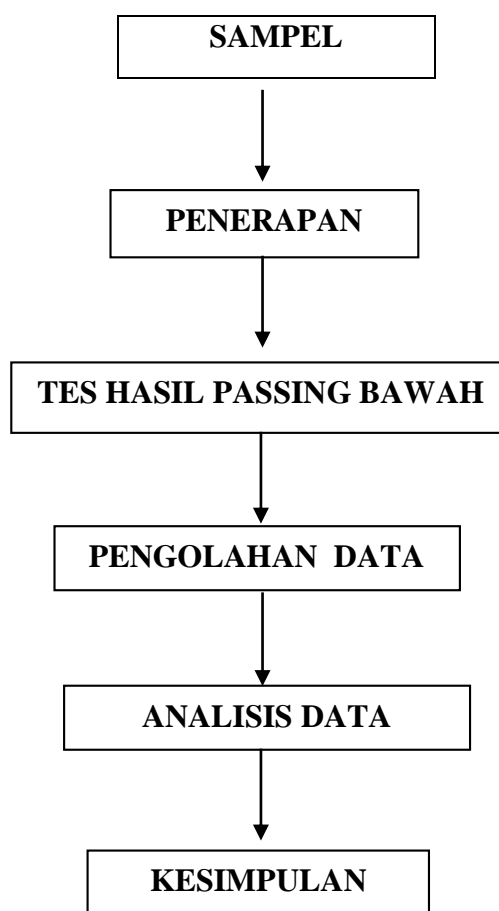
Keterangan:

- R = Kelompok eksperimen dan kelompok kontrol
 O₁ dan O₃ = *Pretest Passing* bawah permainan bola voli kelompok eksperimen dan kelompok kontrol
 X = Treatment model pendidikan olahraga
 O₂ = *Posttest* pada kelompok eksperimen setelah diberi treatment model pendidikan olahraga.
 O₄ = *Posttest* pada kelompok control yang diberikan pembelajaran seperti biasanya menggunakan model konvensional.

Adapun langkah-langkah penelitian yang akan dilakukan sebagai berikut:

3.1 Bagan

Langkah-langkah Pengambilan dan Pengolahan Data



Ceppy Aditya, 2021

PENERAPAN MODEL PENDIDIKAN OLAHRAGA DALAM KETERAMPILAN GERAK DASAR PASSING BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI (Eksperimen Pada Siswa Kelas VII SMPN 1 Plered Cirebon)

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

3.2 Partisipan dan Waktu Penelitian

3.2.1 Partisipan

Partisipan penelitian merupakan pihak- pihak yang menjadi sasaran penelitian atau sumber yang dapat memberikan informasi. Menurut Arikunto (2010, hlm. 188) bahwa “subjek penelitian adalah subjek yang dituju untuk diteliti oleh peneliti.” Subjek penelitian ini sangat penting kedudukannya yang nantinya digunakan untuk mencari sumber data. Lebih lanjut Amirin (1995, hlm. 92-93) mengatakan “subjek penelitian adalah sifat atau keadaan dari suatu benda, orang, atau keadaan yang menjadi sasaran penelitian.” Dari kedua pendapat tersebut, dapat ditarik kesimpulan subjek penelitian yaitu orang yang bisa dijadikan sebagai sumber informasi untuk memenuhi data yang dibutuhkan dalam penelitian.

Partisipan dalam penelitian ini mencakup siswa SMPN 1 Plered Cirebon. Dimana dalam siswa tersebut terdiri dari kelas VII sebanyak 230 orang yang secara umum partisipan tersebut memiliki kemampuan berbeda dalam keterampilan permainan bola voli. Secara umum partisipan ini berada pada umur 13-15 tahun.

3.2.2 Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 4-30 maret 2019 yang disesuaikan dengan jadwal pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah tersebut. Pelaksanaan penelitian dilakukan sebanyak tiga kali dalam seminggu, selama empat minggu yang terhitung 12x pertemuan. Sesuai yang dijelaskan oleh Signorile (2007, hlm. 5) yang menyatakan bahwa “*Marco-cycle* adalah suatu siklus latihan jangka panjang yang bisa memakan waktu 6 bulan, satu tahun, sampai beberapa tahun; *Meso-cycle* lamanya sampai 3-6 minggu; dan untuk *Mycro-cycle* kurang dari 3 minggu, bisa 1 atau 2 minggu.”

Penerapan pada penelitian ini mengacu pada penelitian siklus kecil dengan 12 kali pertemuan total. Pada pelaksanaanya tentu peneliti melihat situasi dan kondisi terkait waktu, tempat, izin, biaya penelitian dalam kesempatan ini.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi merupakan bagian terpenting dari sebuah penelitian. Ketelitian di dalam menentukan jumlah dari suatu populasi dan sampel akan menentukan

keberhasilan suatu penelitian. Untuk memperoleh data yang kongkrit, maka memerlukan sumber data yang akan diperoleh dari populasi. Sudjana (2004, hlm. 16) menjelaskan bahwa “populasi adalah totalitas yang mungkin, hasil menghitung ataupun pengukuran kuantitas dari karakteristik tertentu mengenai sekumpulan objek yang lengkap dan yang jelas yang ingin dipelajari sifat-sifatnya.”

Beranjak dari kutipan tersebut, maka yang dimaksud populasi adalah sekumpulan unsur yang akan diteliti seperti sekumpulan individu, sekumpulan keluarga, dan sekumpulan unsur lainnya. Dari sekumpulan unsur tersebut diharapkan akan memperoleh informasi yang berguna untuk memecahkan masalah penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMPN 1 Plered.

Berikutnya mengenai sampel, penulis paparkan teori mengenai sampel dari Sugiyono (2011, hlm. 81) mengatakan sampel adalah “bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.” Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa sampel adalah wakil dari populasi yang diambil datanya dan kemudian data tersebut diolah dan diteliti. Adapun yang menjadi sampel dari penelitian ini adalah kelas VII-A dan VII-B SMPN 1 Plered Cirebon yang berjumlah 22 orang.

Teknik pengambilan sampling adalah suatu cara yang ditempuh dengan pengambilan sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan obyek penelitian. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *purposive sampling*. Dimana pengambilan metode ini berdasarkan pada kebutuhan kriteria penulis yang berhubungan dengan waktu, biaya dan tenaga penulis yang terbatas. Sugiyono (2010, hlm. 85) menjelaskan bahwa “*purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.” Artinya pada pengambilan setiap subjek dari populasi dipilih dengan sengaja berdasarkan tujuan dan pertimbangan tertentu.

3.4 Instrument Penelitian

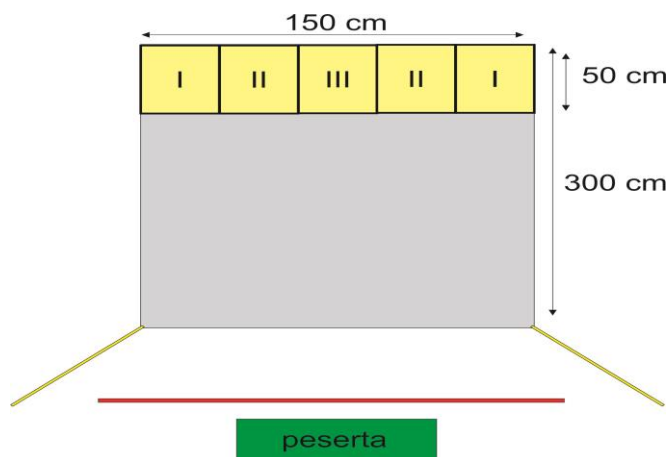
Prinsip dalam melakukan penelitian adalah melakukan pengukuran, maka harus ada alat ukur yang baik. Beberapa alat ukur atau instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tes Ketepatan *Passing* Bawah

Instrumen yang digunakan adalah tes ketepatan *passing* bawah modifikasi dari *Braddy Volley Ball Test*. “Ukuran untuk tes *Braddy* sebelum dimodifikasi adalah sasaran di tembok yang berukuran lebar 152 cm, dengan jarak petak sasaran dari lantai untuk putri 335 cm dan untuk putra 350 cm.” (Suharno, 1981, hlm. 67). Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah ketepatan *passing* bawah dari *Braddy Volley Ball Test* yang sudah dimodifikasi, yaitu sasaran di tembok berukuran lebar 150 cm, dengan jarak petak sasaran dari lantai 300 cm. Instrumen *Braddy Volley Ball Test* mempunyai validitas sebesar 0.921 dan reliabilitas sebesar 0.820 (Skripsi Amri Hartanto, 2012, hlm. 35). Penelitian ini menggunakan metode tes keterampilan bermain bola voli dari modifikasi *Braddy Volley Ball Test* dengan ketentuan sebagai berikut:

- 1) Tujuan: untuk mengetahui ketepatan *passing* bawah siswa bola voli;
- 2) Alat atau perlengkapan: bola voli, peluit, pita pembatas, dinding;
- 3) Petunjuk pelaksanaan: testi berdiri di belakang garis yang telah dibatasi dengan pita perekat, menunggu aba-aba dari penguji. Bila ada tanda dari penguji maka testi harus segera melaksanakan *passing* bawah ke dinding (bola lambungan pertama tidak dihitung, dihitung mulai pantulan kedua menggunakan *passing* bawah, begitu juga ketika di tengah tes bola mati, maka bola harus segera diambil dan melanjutkan kembali *passing* bawah ke dinding, gerakan pertama tidak dihitung);
- 4) Skor: skor dihitung sesuai dengan nilai yang tertera dalam instrumen. Jika bola berada tepat di garis maka diambil skor yang tertinggi. Testi melakukan sebanyak 10 kali. Skor tertinggi tiga dan skor terendah satu. Skor maksimal 30.

Gambar 3.2
Tes Ketepatan *Passing* Bawah



(Modifikasi *Braddy Volley Ball Test* oleh Amri Hartanto)

Dalam penelitian ini menggunakan tes ketepatan *passing* bawah, nilai satu diberikan karena merupakan daerah yang jauh dari sasaran, seorang pengumpan terlalu jauh mengambil bola. Begitu juga seterusnya, dan nilai tiga diberikan karena bola tepat ke sasaran. Dengan begitu kita bisa melihat penguasaan keterampilan *passing* bawah para sampel yang di tes.

2. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan pengumpulan data dengan cara mengumpulkan dokumen-dokumen dari sumber terpercaya. Arikunto (2006, hlm. 231) mengemukakan bahwa “dokumentasi yaitu mencari data mengenai variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, dan sebagainya.”

Dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti berupa foto-foto ketika proses kegiatan penelitian permainan bola voli. Seperti pada saat dilakukan *pretest*, proses latihan dan *post test*. Dokumentasi ini pula menunjang sebagai bukti fisik akan adanya peningkatan siswa ketika siswa mengalami kenaikan yang baik dalam melakukan *passing* bola voli. Pada bab IV peneliti akan paparkan dalam hasil analisis data.

3.5 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian merupakan langkah-langkah yang digunakan sebagai alat untuk mengumpulkan data dan menjawab pertanyaan-pertanyaan dalam penelitian. Berikut ini langkah-langkah pelaksanaan model pendidikan olahraga

untuk guru yang akan diterapkan dalam penelitian. Program latihan ini merupakan pola pembelajaran model pendidikan olahraga yang terletak pada proses dimana individu belajar secara aktif sebagai pengatur proses belajarnya sendiri, mulai dari merencanakan, memantau, mengontrol dan mengevaluasi dirinya secara sistematis untuk mencapai tujuan dalam belajar.

Tabel 3.2
Program Inti Latihan Guru dan siswa dalam model pendidikan olahraga

NO	PROGRAM	GURU (Fasilitator)	SISWA (Dominan)	WAKTU
1	Pretest Passing Permainan Bola voli setiap siswa	1. Pembukaan 2. Pemanasan 3. Apersepsi Tes <i>Passing</i> sebelum masuk pada program model pendidikan olahraga 4. Pelaksanaan Tes 5. Penutupan dan Evaluasi	Pelaksanaan Pretest	Pertemuan 1 Tanggal 4 Maret 2019
2	Rencana Awal	- Pilihan cabang olahraga yang disetujui siswa juga. - Sediakan kesempatan bagi siswa untuk terlibat penuh (students centered) dalam model pendidikan olahraga ini. - Guru memang harus meminta siswa untuk mencoba berbagai peran dalam sport education seperti pelatih, wasit, pencatat nilai, dsb.,	1. Pemilihan cabang olahraga yang disetujui bersama kelas. 2. Siswa koordinasi bersama perwakilan kelas lainya untuk menentukan cabang olahraga yang akan dilaksanakan.	Pertemuan 2 Tanggal 13 Maret 2019 Diluar jam kelas penjas
3	Modifikasi Olahraga Dan regulasi permainan dll.	Dalam modifikasi permainan guru menjelaskan aturan	Siswa memperhatikan modifikasi aturan permainan dari guru.	Pertemuan 3

	<p>Penetapan 3 regu tim. Regulasi regu tugas (wasit dll)</p> <p>Regulasi Jenis Pertandingan dan Agendanya</p>	<p>baru agar efektif dan berjalan.</p> <ol style="list-style-type: none"> Gunakan permainan dalam format kecil Memodifikasi untuk menciptakan kondisi permainan yang ramah Permainan harus dilangsungkan dalam waktu yang lebih pendek. Pembagian kelompok oleh guru. 	<ol style="list-style-type: none"> siswa berkumpul berkelompok siswa memberi nama kelompok siswa memilih peran setiap kelompok seperti <i>coach, atlet, medis</i>, dll. Gunakan jumlah regu ganjil untuk membentuk regu tugas untuk kompetisi yang dijalankannya. Regu tugas akan mengisi peranan-peranan seperti wasit, pencatat nilai, atau jurnalis, dsb. Misalnya jika guru menetapkan tiga regu untuk kompetisi, berarti satu regu akan berotasi. 	<p>Tanggal 15 Maret 2019</p> <p>Tempat lapangan terbuka</p>
4	<p>Latihan Regu dan Identitas Regu</p>	<ol style="list-style-type: none"> Presensi kehadiran Apersepsi Guru Penilaian Guru Guru menyediakan fasilitas latihan Evaluasi Guru 	<ol style="list-style-type: none"> Siswa sudah mulai mengatur pola materi latihan serta masuk pada latihan inti persiapan tim regu Siswa mulai membuat identitas regu seperti kaos tim, dll 	<p>Pertemuan 4</p> <p>Tanggal 11 Maret 2019</p>
5	<p>Pertandingan Regu 1 vs Regu 2</p> <p>Panpel, wasit Regu 3</p>	<ol style="list-style-type: none"> Presensi kehadiran Apersepsi Guru Penilaian Guru Guru menyediakan fasilitas latihan Evaluasi Guru 	<ol style="list-style-type: none"> Pertandingan Regu 1 Pertandingan Regu 2 Panpel, Wasit Regu 3 	<p>Pertemuan 5</p> <p>Tanggal 13 Maret 2019</p>
6	<p>Pertandingan Regu 2 vs Regu 3</p> <p>Panpel, wasit Regu 1</p>	<ol style="list-style-type: none"> Presensi kehadiran Apersepsi Guru Penilaian Guru Guru menyediakan fasilitas latihan Evaluasi Guru 	<ol style="list-style-type: none"> Pertandingan Regu 2 Pertandingan Regu 3 Panpel, Wasit Regu 1 	<p>Pertemuan 6</p> <p>Tanggal 15 Maret 2019</p>
7	<p>Pertandingan Regu 3 vs Regu 1</p> <p>Panpel, wasit Regu 2</p>	<ol style="list-style-type: none"> Presensi kehadiran Apersepsi Guru Penilaian Guru Guru menyediakan fasilitas latihan Evaluasi Guru 	<ol style="list-style-type: none"> Pertandingan Regu 3 Pertandingan Regu 1 Panpel, Wasit Regu 2 	<p>Pertemuan 7</p> <p>Tanggal 18 Maret 2019</p>

8	Pertandingan Regu 1 vs Regu 2 Panpel, wasit Regu 3	1. Presensi kehadiran 2. Apersepsi Guru 3. Penilaian Guru 4. Guru menyediakan fasilitas latihan 5. Evaluasi Guru	1. Pertandingan Regu 1 2. Pertandingan Regu 2 3. Panpel, Wasit Regu 3	Pertemuan 8 Tanggal 20 Maret 2019
9	Pertandingan Regu 2 vs Regu 3 Panpel, wasit Regu 1	1. Presensi kehadiran 2. Apersepsi Guru 3. Penilaian Guru 4. Guru menyediakan fasilitas latihan 5. Evaluasi Guru	1. Pertandingan Regu 2 2. Pertandingan Regu 3 3. Panpel, Wasit Regu 1	Pertemuan 9 Tanggal 22 Maret 2019
10	Pertandingan Regu 3 vs Regu 1 Panpel, wasit Regu 2	1. Presensi kehadiran 2. Apersepsi Guru 3. Penilaian Guru 4. Guru menyediakan fasilitas latihan 5. Evaluasi Guru	1. Pertandingan Regu 3 2. Pertandingan Regu 1 3. Panpel, Wasit Regu 2	Pertemuan 10 Tanggal 25 Maret 2019
11	Evaluasi dan Pemberian Penghargaan dan Hadiah	1. Presensi kehadiran 2. Apersepsi Guru 3. Evaluasi Guru	1. Refleksi Pertandingan dan Evaluasi Tim masing masing setiap regu.	Pertemuan 11 27 Maret 2019
12	Posttest Passing Permainan Bola voli setiap siswa	1. Pembukaan 2. Pemanasan 3. Apersepsi Tes <i>Passing</i> sebelum masuk pada program model pendidikan olahraga 4. Pelaksanaan Tes 5. Penutupan dan Evaluasi	Pelaksanaan Posttest	Pertemuan 12 Tanggal 30 Maret 2019

3.6 Analisis Data

Setelah data terkumpul dari hasil pengukuran berdasarkan tes tersebut pada sampel penelitian. Selanjutnya data tersebut diolah dan dianalisis secara statistik. Teknik pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan secara manual dan menggunakan *software* SPSS versi 23.0 for windows dengan taraf signifikansi $p\text{-value} \leq 0,05$ langkah-langkah yang dilakukan dalam mengolah data tersebut diantaranya :

1. Uji prasyarat Analisis

- 1) Menguji normalitas data dengan uji Shapiro-Wilk pada $p\text{-value} \geq 0,05$ Uji normalitas ini untuk menentukan analisis berikutnya yaitu analisis parametrik

jika data berdistribusi normal dan non parametrik jika data tidak berdistribusi normal.

2) Uji Homogenitas Levene pada $p\text{-value} \geq 0,05$

Uji homogenitas antara kelompok dengan levene statistic test untuk mengetahui apakah varian antara kelompok data homogen atau heterogen.

2. Uji Hipotesis

Uji t independen atau tidak berpasangan pada $p\text{-value} \leq 0,05$. Uji ini digunakan untuk menganalisis pengaruh model pendidikan olahraga .