

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara atau jalan yang ditempuh untuk mencapai tujuan. Tujuan penelitian adalah pencarian fakta, menghimpun data, mengadakan pengukuran, analisis, membandingkan, mencari hubungan, dan menafsirkan hal-hal yang dianggap sebagai masalah oleh peneliti. Agar penelitian dapat dilaksanakan secara efektif dan efisien maka dibutuhkan metode penelitian. Arikunto (2010:192) menjelaskan bahwa “Metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya”.

Penggunaan metode penelitian tergantung pada permasalahan yang akan dibahas. Metode penelitian dapat dikatakan efektif apabila selama proses penelitian dapat terlihat kemajuan positif dan mengarah kepada pencapaian hasil. Metode penelitian dikatakan efisien apabila waktu, biaya, fasilitas, dan tenaga dapat dilaksanakan sehemat mungkin, namun dengan hasil yang maksimal. Metode dikatakan relevan apabila waktu penggunaan hasil pengolahan dengan tujuan yang hendak dicapai tidak terjadi penyimpangan.

Maksud dan tujuan penelitian ini, yaitu untuk mengetahui gambaran tentang kecepatan tendangan *idan dollyo chagi* atlet tim taekwondo UPI. Maka metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif. Seperti yang dikemukakan oleh Arikunto (2010:3) bahwa: Penelitian deskriptif ini merupakan penelitian yang benar-benar hanya memaparkan apa yang terdapat atau terjadi dalam sebuah kancah, lapangan, atau wilayah tertentu.”

Metode deskriptif dapat memecahkan serta menyelidiki masalah yang diteliti dan dapat menggambarkan keadaan yang terjadi dengan maksud untuk

Andri Setiawan, 2014

PROFIL KECEPATAN TENDANGAN IDAN DOLLYO CHAGI PADA ATLET TIM TAEKWONDO UPI
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

mendapatkan gambaran umum secara jelas, sistematis, dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat, serta hubungan fenomena yang diteliti. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel mandiri, sesuai dengan jenis penelitian dan rumusan masalah yang deskriptif.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode deskriptif, dan tes sebagai alat untuk memperoleh data. Data yang diperoleh tidak terbatas hanya pengumpulan dan penyusunan data saja tetapi akan diolah, dijelaskan dan dianalisis kemudian diambil suatu kesimpulan tentang arti dari data tersebut.

B. Populasi dan Sampel

1) Populasi

Populasi dalam suatu penelitian merupakan kumpulan individu atau hasil penelitian yang dapat di generalisasikan. Maksud dari generalisasi tersebut yaitu jika sampel itu ditarik dari suatu populasi dan itu dianggap telah dapat dipandang sebagai sifat dari populasi itu. Hal demikian sejalan dengan apa yang di ungkap Furchan (2005) dalam Taniredja dan Mustafidah (2012:33) bahwa: “Populasi dirumuskan sebagai semua anggota sekelompok orang kejadian atau obyek yang telah dirumuskan secara jelas. Atau kelompok lebih besar yang menjadi sasaran generalisasi”. Dalam populasi di bagi menjadi 2 yaitu populasi aktual (target population) dan populasi terjangkau (accessible population). Menurut Lutan (2007:83) bahwa: “populasi aktual (sebenarnya, disebut target population) di mana peneliti benar-benar ingin mengeneralisasikan temuannya, jarang tersedia”. Oleh karena itu populasi di mana peneliti telah memperolehnya disebut accessible population (populasi terjangkau). Populasi sasaran adalah pilihan ideal peneliti, populasi terjangkau adalah pilihan realistik.

Dalam penelitian ini populasi sasaran yaitu seluruh atlet kategori senior di Taekwondo Universitas Pendidikan Indonesia. Sedangkan populasi terjangkau adalah seluruh atlet kategori kyorugi senior di Taekwondo Universitas Pendidikan

Andri Setiawan, 2014

PROFIL KECEPATAN TENDANGAN IDAN DOLLYO CHAGI PADA ATLET TIM TAEKWONDO UPI

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

Indonesia. Atlet kyorugi di taekwondo UPI sebanyak 20 orang. Dalam penelitian ini penulis menggunakan populasi tim taekwondo UPI karena atlet-atlet taekwondo upi adalah atlet yang mewakili jawa barat baik dalam kejuaraan pomnas, kejurnas maupun pon. Selain itu tim taekwondo UPI ini menjadi juara 2 kejurnas mahasiswa pada 2009, juara 1 kejurnas mahasiswa tahun 2011 dan juara 2 kejurnas mahasiswa tahun 2013.

2) Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Menurut Ali (1996) dalam Taniredja dan Mustafidah (2012:34) bahwa: “Sampel penelitian adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan obyek yang diteliti yang dianggap mewakili terhadap seluruh populasi dan diambil dengan menggunakan teknik tertentu”. Dalam penelitian ini penulis menggunakan sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu berdasarkan pengetahuan tentang populasi terlebih dahulu dan tujuan-tujuan khusus dari penelitian, maka peneliti menggunakan sampel penelitian ini, yaitu terdiri dari 16 orang karena 16 kelas yang dipertandingkan, maka jumlah penelitian ini sebanyak 16 orang yang diambil dengan teknik *purposive sampling* yang dijelaskan di atas. Seperti yang dijelaskan oleh Arikunto (2010:183) bahwa:

Sampel bertujuan dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random, atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Teknik ini biasanya dilakukan karena beberapa pertimbangan, misalnya alasan keterbatasan waktu, tenaga, dan dana sehingga tidak dapat mengambil sampel yang besar dan jauh.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, peneliti mengambil sampel dari populasi yaitu berdasarkan pada tujuan peneliti yang ingin mengetahui kecepatan dalam tendangan *idan dollyo chagi*. Dalam taekwondo memiliki 16 kelas yang berbeda berat badan dari setiap kelas, hal ini menjadi salah satu faktor pembeda kecepatan tendangan *idan dollyo chagi*. Maka peneliti mengambil sampel pada

Andri Setiawan, 2014

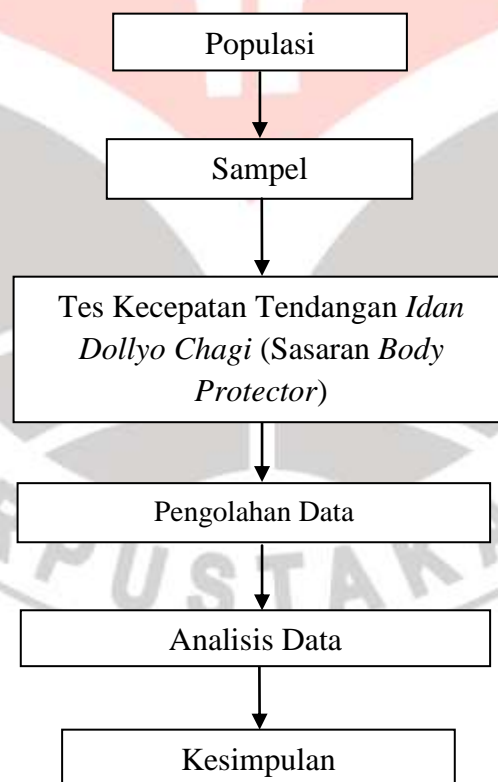
PROFIL KECEPATAN TENDANGAN IDAN DOLLYO CHAGI PADA ATLET TIM TAEKWONDO UPI

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

setiap kelas dari 16 kelas tanding yang ada, maka jumlah sampel yang digunakan oleh peneliti adalah 16 atlet.

C. Langkah-langkah penelitian

Langkah-langkah penelitian disusun agar mempermudah kegiatan yang harus dilakukan dalam suatu penelitian, diperlukan suatu alur yang dijadikan pegangan agar penelitian tidak keluar dari ketentuan yang sudah ditetapkan sehingga tujuan atau hasil yang diperoleh sesuai dengan yang diharapkan. Dalam memudahkan proses penelitian ini, selanjutnya penulis menyusun langkah-langkah penelitian sebagai pengembangan dari desain penelitian yang telah penulis buat. Adapun langkah-langkah penelitian tersebut dapat penulis gambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1
Langkah-langkah Penelitian

Andri Setiawan, 2014

PROFIL KECEPATAN TENDANGAN IDAN DOLLYO CHAGI PADA ATLET TIM TAEKWONDO UPI

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

D. Agenda Penelitian

Hari dan Tanggal : Jumat - senin, 17 - 20 Januari 2014

Waktu : 16.00 s/d 18.00 WIB

Tempat : Gedung Sport Hall UPI Bandung

Jalan Setiabudhi Nomor 229 Bandung

Sebelum tes dilaksanakan terlebih dahulu dilakukan hal-hal sebagai berikut:

- a. Mempersiapkan administrasi tes.
- b. Mempersiapkan segala persiapan dan peralatan yang akan digunakan untuk tes.
- c. Setiap testee diberi penjelasan dan pengarahan tentang tes sehingga benar-benar memahami tata cara melakukan tes.

E. Instrumen Penelitian

Kualitas hasil penelitian dipengaruhi oleh kualitas instrumen penelitian dan kualitas pengumpulan data. Instrumen penelitian digunakan sebagai alat untuk memperoleh data. Adapun pengertian instrumen yang dikemukakan oleh Arikunto (2010:203) bahwa: “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 lebih mudah diolah”. Berkaitan dengan penelitian ini maka instrumen yang digunakan tes yaitu untuk mengukur kecepatan tendangan *idan dollyo chagi*.

Untuk memudahkan dalam melaksanakan tes dan pengukuran agar tes sesuai dengan yang diharapkan, berikut prosedur pelaksanaan tes dan pengukuran.

Prosedur pelaksanaan tes dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Alat-alat

Alat yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

- a. *Head protector* (pelindung kepala)

Andri Setiawan, 2014

PROFIL KECEPATAN TENDANGAN IDAN DOLLYO CHAGI PADA ATLET TIM TAEKWONDO UPI

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

- b. Camera
 - c. Alat tulis
 - d. Lembaran pendataan
2. Tujuan tes : untuk mengetahui kecepatan tendangan *idan dollyo chagi*.
 3. Instrumen Tes : tes kecepatan tendangan *idan dollyo chagi* menggunakan *Ulead Video Studio*.
 4. Petunjuk pelaksanaan : melakukan tendangan *idan dollyo chagi* 2 (dua) kali kesempatan dengan kecepatan maksimal dari sasaran *head protector* atau arah kepala. Diambil 1 (satu) tendangan yang tercepat dari 2 (dua) kesempatan
 5. Tester
 - a. Penulis adalah koordinator tes
 - b. Tester adalah rekan dari penulis dengan kualifikasi mahasiswa tingkat akhir yang aktif dalam UKM Taekwondo UPI sebanyak 3 orang yang bertugas untuk mengambil gambar atau video, memegang sasaran (*head proector*) dan pendataan
 6. Testee
Testee adalah sample penelitian yang merupakan atlet-atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Taekwondo UPI yang berjumlah 16 orang.
 7. Pelaksaan tes
 - a. Kegiatan pendahuluan
 - Berbaris dan berdoa
 - Menjelaskan tujuan penelitian
 - *Stretching* dan pemanasan

Andri Setiawan, 2014

PROFIL KECEPATAN TENDANGAN IDAN DOLLYO CHAGI PADA ATLET TIM TAEKWONDO UPI

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

b. Kegiatan inti

Tester menjelaskan dan mendemonstrasikan tata cara tes sesuai dengan petunjuk pelaksanaan. Pelaksanaan tes kecepatan tendangan *idan dollyo chagi* yaitu sebagai berikut:

- Testee melakukan 1 (satu) kali tendangan *idan dollyo chagi* yang diberikan 2 (dua) kali kesempatan.
- Tendangan *idan dollyo chagi* dengan sasaran *head protector* dan ketinggian sasaran untuk putra 173 cm dan untuk putri 161 cm.
- Testee melakukan tendangan dengan kecepatan maksimal dan tidak dimulai dengan aba-aba.
- Pada saat testee melakukan tes tester mengambil gambar atau video, setelah itu video akan dianalisis.
- Analisis video yaitu untuk mengetahui waktu pada saat testee mulai melakukan tendangan sampai akhir gerakan.
- Data yang diperoleh yaitu waktu selama testee melakukan tendangan *idan dollyo chagi*.

F. Prosedur Penelitian

Dalam penelitian ini ada beberapa langkah untuk melakukan prosedur tes yang dibuat sama dengan analisa dari suatu tes tersebut, adapun prosedur tesnya yaitu:

1. Sasaran dari tes tendangan *idan dollyo chagi* ini yaitu area poin tiga atau *head protector* maka alat yang digunakan adalah *head protector* yang biasa digunakan dalam pertandingan.
2. ketinggian sasaran tendangan yaitu untuk putra 173 cm dan untuk putri 161 cm.

3. Testee melakukan tendangan *idan dollyo chagi* sebanyak 1 (satu) kali dengan 2 (dua) kali kesempatan dan dilakukan dengan kecepatan yang maksimal.
4. Testee pada saat memulai melakukan tendangan tanpa ada aba-aba.
5. Semua gerakan yang dilakukan testee selama melakukan tes direkam melalui video.
6. Hasil rekaman testee dianalisa melalui *software* yaitu *ulead video studio*. Dalam tahap ini penulis melakukan analisa gerakan tendangan *idan dollyo chagi* yang dilakukan oleh testee.
7. Data yang diambil yaitu berupa waktu dari hasil analisa gerakan tendangan *idan dollyo chagi*, dari gerakan pertama untuk melakukan tendangan sampai sikap akhir tendangan.
8. Setelah data diperoleh maka data akan di olah dan di analisa.