

BAB III

PROSEDUR PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Demi berhasilnya suatu penelitian, maka diperlukan suatu rancangan penelitian yang sesuai dengan permasalahan agar penelitian bisa dilakukan dengan efektif dan efisien serta tepat dengan sasaran yang akan dicapai.

Banyak metode penelitian yang sering digunakan orang dalam mengadakan penelitian. Metode penelitian merupakan cara-cara dalam meneliti suatu masalah dengan teknik-teknik tertentu sehingga usaha yang dilakukan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif, karena masalah yang dihadapi menyangkut suatu gejala yang terjadi di lapangan tanpa adanya proses perlakuan. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Sudjana dan Ibrahim (1989 : 64), bahwa :

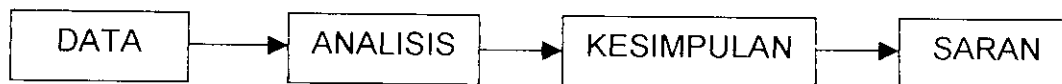
Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa, kejadian yang terjadi pada saat sekarang. Dengan perkataan lain, penelitian deskriptif mengambil masalah atau memusatkan perhatian kepada masalah-masalah aktual sebagaimana adanya pada saat penelitian dilaksanakan.

Penggunaan metode deskriptif ini dianggap paling cocok dengan tujuan penelitian dan pelaksanaannya bertepatan dengan masa perkuliahan atletik tahun ajaran 2000/2001.

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap tentang tingkat penguasaan teknik lari gawang mahasiswa Program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR) angkatan 2000/2001.

B. Desain Penelitian

Penggunaan metode deskriptif diarahkan pada pelaporan hasil analisis dari suatu penelitian teknik lari gawang yang dilengkapi dan diakhiri dengan suatu kesimpulan. Secara garis besar langkah-langkah penelitian ini mencakup tiga hal pokok, yaitu proses pengambilan data, analisis data dan penarikan kesimpulan yang disertai dengan saran. Dengan demikian desain penelitian yang dilaksanakan adalah sebagai berikut :



Gambar 12.3
Desain Penelitian

C. Populasi dan Sampel

Untuk memperoleh data suatu penelitian terlebih dahulu perlu dilakukan pencarian data dari sumber data yang sesuai. Sumber data tersebut adalah populasi. Mengenai definisi populasi Sudjana (1985 : 5) menjelaskan sebagai berikut :

Populasi adalah totalitas semua nilai yang mungkin hasil menghitung ataupun pengukuran kuantitatif maupun kualitatif daripada karakteristik tertentu mengenai sekumpulan objek yang lengkap dan jelas yang ingin dipelajari sifat-sifatnya.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa populasi merupakan suatu keseluruhan objek penelitian yang bersifat kualitatif maupun kuantitatif yang dijadikan sumber data dengan karakteristik tertentu. Lebih jelasnya lagi dapat dikatakan bahwa populasi cenderung berorientasi pada penentuan jumlah sumber data yang memiliki karakteristik tertentu dan merupakan sekumpulan kasar yang memerlukan syarat-syarat tertentu yang sesuai dengan masalah penelitian.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR) FPOK UPI angkatan 2000/2001.

Untuk keperluan penelitian, pengambilan data dapat dilakukan dengan mengambil sebagian data dari jumlah populasi yang ada. Sebagian populasi tersebut biasa disebut dengan istilah sampel. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel random atau sampel acak, dimana semua subjek di dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih. Ciri utama dari sampel acak dijelaskan oleh Nasution (1982 : 101) sebagai berikut :

Ciri utama dari sampling avak atau random sampling adalah bahwa setiap unsur dari keseluruhan populasi mempunyai kesempatan itu harus independent, artinya kesempatan bagi suatu unsur untukd ipilih tidak mempengaruhi kesempatan unsur lain untuk dipilih.

Untuk pengambilan jumlah sampel yang digunakan dalam suatu penelitian dijelaskan oleh Hadi (1983 : 73-74), bahwa :

Sebenarnya tidaklah ada suatu ketetapan yang mutlak berapa persen suatu sampel harus diambil dari populasi, ketetapan yang mutlak itu tidak perlu menimbulkan keraguan pada seorang penyidik.

Suatu hal yang perlu diperhatikan adalah keadaan homogenitas populasi, jika keadaan populasi homogen, jumlah sampel hampir-hampir tidak menjadi persoalan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka ditetapkan sebanyak 30 orang mahasiswa yang diperoleh dengan cara random terhadap populasi.

D. Instrumen Pengumpulan Data

1. Alat Pengumpul Data

Sebagai langkah pertama dari suatu penelitian deskriptif diperlukan sekumpulan data yang diambil dari sejumlah sampel dari suatu populasi. Untuk pengumpulan data tersebut diperlukan alat pengumpul data. Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes lari gawang. Penggunaan tes lari gawang sebagai alat pengumpul data adalah karena data yang dibutuhkan berupa kualitas penguasaan teknik lari gawang yang dapat dicapai oleh subjek penelitian. Tes tersebut merupakan tes yang dapat menilai tingkat penguasaan teknik lari gawang dari subjek penelitian. Jarak dan ketinggian gawang yang digunakan adalah sesuai dengan standar perkuliahan.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan untuk pengumpulan data di dalam penelitian ini adalah tes lari gawang. Pelaksanaan tes dilakukan pada hari Senin tanggal 18 Desember 2000, berlokasi di lintasan atletik Pajajaran KONI Jawa Barat. Tujuan dari tes ini adalah untuk mengetahui tingkat penguasaan

keterampilan motorik nomor lari gawang. Pelaksanaan tes dimulai pukul 11.00 WIB sampai dengan pukul 12.00 WIB. Tes dilakukan oleh dosen atletik yang terdiri dari tiga penguji.

Tabel 2.3
FORMAT PENILAIAN TEKNIK LARI GAWANG 110 M

NO	Komponen Lari Gawang	Kriteria		
		Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1	Start sampai gawang pertama			
2	Tolakan kaki untuk melewati gawang			
3	Sikap di atas gawang			
4	Pendaratan setelah melewati gawang			
5	Irama langkah antar gawang			
6	Gawang terakhir sampai finish			

Kriteria Penilaian :

1. Baik (3), menyatakan tingkat keterampilan koordinasi halus dan kemampuan transfer (tuntas), bila:
 - Pemecahan tugas gerak dilakukan dengan optimal
 - Memiliki tingkat presisi dan akurasi tinggi
 - Penggunaan tenaga sangat efisien baik pada gerakan keseluruhan maupun bagian-bagian
 - Kemampuan prestasi lebih stabil dalam kondisi sulit dan berubah-ubah
 - Irama gerakan selalu benar dan tetap mantap
 - Memiliki kemampuan mengantisipasi suatu situasi dan kondisi secara baik

- Atlet/siswa mampu mengatur pemberian impuls tenaga pada otot-otot yang dibutuhkan
 - Peranan kelima indra penerima informasi makin meningkat
 - Semakin banyak pengalaman motorik yang berhasil dikumpulkan dan disimpan dalam ingatan motorik pusat susunan syaraf
 - Memiliki kemampuan pengaturan kembali penyimpangan-penyimpangan yang terjadi selama berlangsungnya aksi motorik.
2. Cukup (2), menyatakan tingkat keterampilan koordinasi halus bila:
- Kesalahan-kesalahan gerakan telah banyak berkurang
 - Penggunaan tenaga yang efisien
 - Telah memiliki kemampuan yang baik dalam penggunaan luasnya gerakan
 - Telah mampu melakukan irama gerakan yang baik
 - Flow atau aliran gerakan semakin baik
3. Kurang (1), menyatakan tingkat keterampilan koordinasi kasar bila:
- Transfer gerakan atau hubungan dari bagian-bagian gerakan dari setiap anggota badan masih belum terkoordinir dengan baik
 - Aliran gerakan masih tersendat-sendat
 - Luas gerakan/space yang digunakan belum tepat atau optimal
 - Belum memiliki ketetapan dan kekonstanan gerakan yang baik
 - Belum memiliki kemampuan yang baik dalam menerima dan mengolah informasi

E. Prosedur Pengolahan Data

Setelah data hasil tes penguasaan keterampilan motorik nomor lari gawang diperoleh, maka langkah selanjutnya adalah mengolah data dan menganalisanya dengan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Data ditabulasikan.
2. Menghitung jumlah skor rata-rata dari semua penguji untuk tiap sampel.
3. Menjumlahkan hasil rata-rata tiap komponen seluruh sampel kemudian diprosentasekan dengan jumlah skor ideal.
4. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut.

$$\text{Tingkat Penguasaan Keterampilan Motorik} = \frac{\text{Nilai rata-rata faktual (1 - 3)}}{\text{Nilai rata-rata ideal (1 - 3)}} \times 100 \%$$

5. Hasil perhitungan dimasukkan ke dalam penilaian tingkat penguasaan keterampilan motorik sebagai berikut:

Batas Tingkat Penguasaan	Tingkat Penguasaan Keterampilan Motorik
0 % - 33 %	Tingkat Koordinasi Kasar
34 % - 66 %	Tingkat Koordinasi Halus
67 % - 100 %	Tingkat Koordinasi Halus dan Kemampuan transfer

