BAB III

PROSEDUR PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode adalah cara atau jalan yang ditempuh untuk mencapai suatu tujuan. Sedangkan tujuan dari suatu penelitian adalah mengungkapkan, menggambarkan, dan menyimpulkan hasil pemecahan masalah melalui cara-cara tertentu sesuai dengan prosedur penelitian.

Metode penelitian yang dipergunakan penulis dalam penelitian ini adalah metode eksperimental. Tujuan metode eksperimental adalah untuk menyelidiki ada tidaknya hubungan sebab akibat tersebut dengan cara memberikan perlakuan-perlakuan tertentu pada beberapa kelompok eksperimental dan untuk perbandingan.

Penulis menggunakan metode ini karena sesuai dengan tujuan penelitian yaitu ingin mencari dan mengetahui efektivitas bantingan antara teknik o soto gari ke samping dengan teknik o soto gari ke belakang terhadap hasil dan kecepatan bantingan.

Metode eksperimental menurut Nazir (1988 : 74) mengemukakan sebagai berikut

> Eksperimen adalah observasi dibawah kondisi buatan (artifical condition) dimana kondisi tersebut dibuat dan diatur oleh sipeneliti. Dengan demikian penelitian eksperimental adalah penelitian yang dilakukan dengan mengadakan manipulasi terhadap objek penelitian serta adanya kontrol.

B. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat I Institut Teknologi Bandung yang berjumlah 33 orang. Sampel diambil sebanyak 20 orang.

Mengenai populasi Sudjana (1992:6), mengungkapkan sebagai berikut:

> Totalitas semua yang mungkin, hasil menghitung ataupun pengukuran, kuantitatif maupun kualitatif mengenai karakteristik tertentu dari semua anggota kumpulan yang lengkap dan jelas yang ingin dipelajari sifat-sifatnya, dinamakan populasi, Adapun sebagian yang diambil dari populasi disebut sampel.

Sedangkan yang dijadikan sampel adalah mahasiswa ITB yang mengikuti perkuliahan judo di Hall Gulat KONI Jabar jalan Padjajaran Bandung, Mengenai sampel dijelaskan oleh Surachmad (1982 : 93), sebagai beikut:

> Karena tidak mungkinnya penyelidik selalu menyelidiki segenap populasi, padahal tujuan penyelidikan adalah menemukan generalisasi yang berlaku secara umum, maka sering kali penyelidik terpaksa menggunakan sebagian saja dari populasi, yakni sampel dipandang refresentatif terhadap populasi itu.

Salah satu cara yang diambil dan dipergunakan untuk memperoleh dan menetapkan sampel dalam penelitian ini adalah sampel random atau acak. Mengenai sampel acak ini dijelaskan oleh Arikunto (1993 : 107) sebagai berikut:

> Teknik sampling ini diberi nama demikian karena

didalam pengambilan sampelnya, peneliti mencampur subjek-subjek di dalam populasi sehingga semua subjek di anggap sama. Dengan demikian maka peneliti memberi hak yang sama kepada setiap subjek untuk memperoleh kesempatan (change) dipilih menjadi sampel. Oleh karena hak setiap subjek sama. Maka terlepas dari perasaan ingin mengistimewakan satu atau beberapa subjek untuk dijadikan sampel.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka sampel dalam penelitian ini yaitu terdiri dari dua kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari 10 orang.

C. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis mengambil desain penelitian yang sesuai dengan tujuan penelitian. Desain penelitian ini adalah desain penelitian eksperimental, karena cocok dan relevan dengan tujuan penelitian.

Lazimnya terdapat tiga desain penelitian yang digunakan dalam penelitian eksperimen yang dikatakan oleh Nasution (1991 : 51) yaitu:

1. Desain eksperimen berdasarkan perbedaan.
2. Desain post eksperimen
3. Desain pra dan post eksperimen

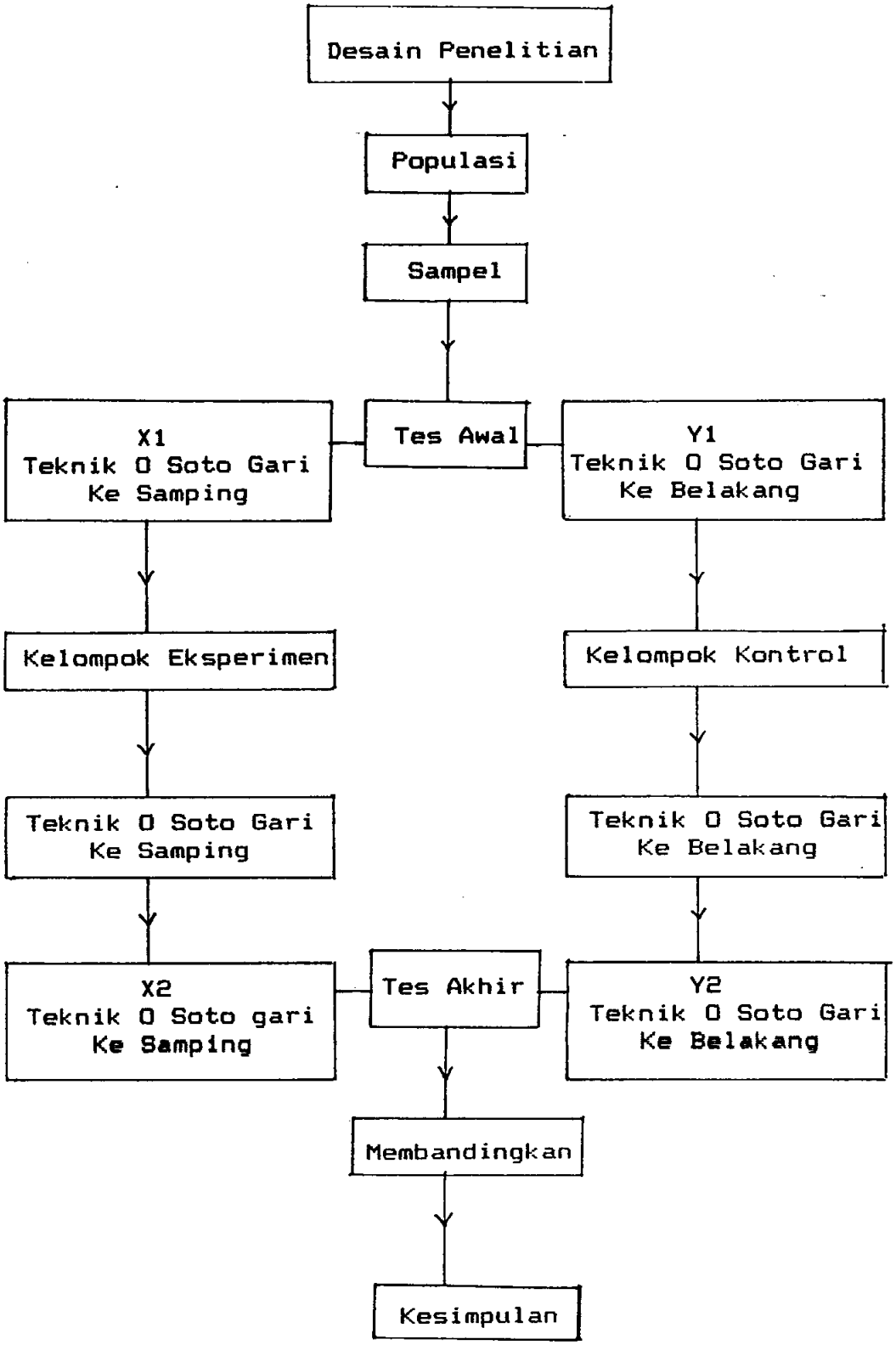
Dalam desain pertama, kita membentuk dua kelompok yang sama menurut prosedur perjodohan. Perbedaannya hanya mengenai satu ciri, yakni jenis kelaminnya. Dalam desain ke dua pula, kita pilih kelompok yang sama atau hampir sama melalui prosedur perjodohan, yang satu dijadikan kelompok percobaan. Yang diteliti adalah perubahan yang terjadi dalam kelompok percobaan yang tidak

terdapat pada kelompok kelompok kontrol. Jadi perbandingan ke dua kelompok itu diadakan sesudah dimasukan variabel eksperimen ke dalam kelompok percobaan. Desain ke tiga adalah dimana kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dijodohkan. Dilakukan percobaan terhadap kedua kelompok sebelum dan sesudah eksperimen dan dilihat hasilnya. Oleh karena itu sesuai dengan masalah penelitian ini, maka desain penelitian yang kedua digunakan oleh peneliti dalam melaksanakan penelitian ini.

Adapun Langkah-langkah dalam penelitian ini adalah:

1. Menentukan populasi.
2. Memilih dan menentukan sampel.
3. Mengadakan tes awal teknik o soto gari ke samping (kelompok eksperimen) maupun teknik o soto gari ke belakang (kelompok kontrol.
4. Melaksanakan proses latihan (treatmen) teknik o soto gari ke samping (kelompok eksperimen) maupun teknik o soto gari kebelakang
5. Mengadakan tes akhir teknik o soto gari ke samping maupun teknik o soto gari ke belakang.
6. Mengadakan perbandingan dengan mengumpulkan data dan mengolah data tersebut, setelah itu dibandingkan hasil tes antara kelompok eksperimen (teknik o soto gari ke samping)dengan kelompok kontrol (teknik o soto gari ke belakang).
7. Mengambil kesimpulan.

Ini dapat dilihat pada gambar dihalaman berikut;



Bagan Desain Penelitian Eksperimental

D. Alat Pengumpul Data

Untuk mengetahui apakah ada perbedaan hasil yang dicapai antara teknik o soto gari ke samping dengan teknik o soto gari ke belakang, maka diperlukan suatu alat untuk mengumpulkan data (instrumen penelitian).

Pengumpulan data adalah prosedur yang sitematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan. Data yang diperoleh yaitu dengan jalan memberikan pengetesan pada pre dan post eksperimen untuk mendapatkan nilai hasil dan kecepatan bantingan, agar dapat mengetahui berapa besar pengaruh bantingan antara teknik o soto gari ke samping dan teknik o soto gari ke belakang terhadap efektivitas bantingan.

Dalam penelitian ini, pengetesan dilakukan dengan melihat hasil dan kecepatan bantingannya. Sedangkan penilaian tersebut dilakukan oleh orang yang mengerti atau ahli serta menguasai tentang penilaian hasil dan kecepatan bantingan dalam olahraga judo. Agar penilaian tersebut akurat, maka seperti dikemukakan oleh Johnson dan Nelson (1986 : 5) yaitu: "Measurement and Evaluation Should Be Conducted by Trained Personal". Maksudnya adalah Pengukuran dan penilaian seharusnya dilakukan oleh orang yang ahli atau terlatih. Hal ini juga didukung oleh Nurhasan (1988 : 4) yaitu: "Tes dan pengukuran hendaklah dilaksanakan oleh para petugas yang terlatih dan berpengalaman dalam bidang tersebut".

Untuk mendapatkan data hasil dan kecepatan bantin-

an, maka penulis menggunakan petugas sebagai berikut:

1. Drs. A. Kadir AA. Msc. (Dosen Olahraga Judo),
2. Bapak Suparno (Wasit Judo Nasional),
3. Bapak Hendra (Wasit Judo Nasional), dan
4. Drs. Uwan (Kamerator Film dari P3MP).

Tugas Penulis dan kamerator yaitu sebagai berikut:

1. Memberi kesempatan kepada testi pertama untuk melakukan bantingan teknik o soto gari ke samping dan testi kedua melakukan teknik o soto gari ke belakang.
2. Pengambilan gambar gerakan dengan menggunakan kamera vidio yang sudah lengkap dengan kaset vidionya.
3. Kemudian melakukan proses editing di laboratorium film (P3MP IKIP Bandung).
4. Selanjutnya kaset video 8 diproses ke Umatic untuk diketahui kecepatan bantingannya.
5. Mencatat hasil dan melakukan proses editing untuk mengetahui kecepatan bantingan.
6. Setelah itu dari umatic direkam ke vidio kaset beta (kaset vidio biasa).

Untuk mengetahui kecepatan bantingan yang dilakukan oleh para sampel judo, maka cara penghitungannya yaitu:

1. Kamera vidio distel kecepatannya untuk mengetahui jumlah frame dari kecepatan bantingan. Misal: jumlah frame = 25, kecepatan bantingan yang dilakukan pejudo = 0.96 detik. Berapakah frame yang dibutuhkan dalam melakukan bantingan dengan kecepatan 0.96 detik?

1/25 = 0.04 detik, 0.96/0.04 = 24 frame.

2. Mengetahui waktu dari jumlah frame. Misal: 26.5 frame, berapakah waktu tersebut dari banyaknya frame yang digunakan? diketahui 1 detik = 25 frame 1/25 = 0.04 detik. 26.5 x 0.04 = 1.06 detik.

Untuk menperoleh data hasil bantingan, maka penulis mengambil penilaian dengan kriteria yang telah ditentukan dalam cabang olahraga judo, seperti yang diungkapkan oleh Kadir (1985 : 15), tentang penilaian sebagai berikut :

> -Ippon, apabila seorang melakukan suatu teknik... sehingga jatuh pada umumnya dipunggung dengan kekuatan dan kecepatan yang meyakinkan.
> -Wazaari, apabila seorang peserta melaksanakan teknik melempar tetapi tidak sepenuhnya berhasil ...masih ada salah satu kekurangan dari tiga unsur yang diminta yaitu : umumnya dipunggung, kekuatan atau kecepatan.
> -Yuko, apabila seorang peserta dalam melakukan teknik melempar hanya berhasil sebagian contoh adanya kekurangan yang lebih untuk dapat nilai wazaari.
> -Koka, apabila seorang peserta melakukan teknik melempar tetapi tidak berhasil, namun dengan sesuatu kekuatan atau kecepatan dapat menjatuhkan pihak lawannya kesamping perut, paha atau pantat tetapi tidak dapat diberikan nilai yuko.

Selanjutnya menurut Reay dan Hobbs (1987 : 109) adalah:

> "The scale of valuation is as follows : win by ippon ten points; win by wazaari seven points; win by yuko five points; win by koka at apromotion examination. The inter-relationship of the various factors is shown in the table three points".

Maksudnya adalah skala penilaian adalah sebagai

berikut: Kemenangan dengan Ippon 10 angka; kemenangan dengan wazaari 7 angka; kemenangan dengan Yuko 5 angka; kemenangan Koka dengan 3 point. gabungan dari berbagai faktor dan memperlihatkan tiga angka diatas meja.

E. Pelaksanaan Program Latihan

Untuk mendapatkan data yang baik dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode eksperimen, untuk melihat hasil dan kecepatan bantingan dari teknik yang akan diuji. Oleh karena itu, proses lamanya penelitian menjadi suatu hal yang sangat penting dan akan berpengaruh terhadap hasil yang akan diperoleh.

Untuk itu perlu adanya perencanaan tahap-tahap latihan (fase latihan) yang menunjang pada keberhasilan tujuan latihan tersebut. Hal tersebut berdasarkan suatu teori fase latihan (phases of training) yang dikemukakan oleh Pyke (1980 : 140) sebagai berikut:

> Pre-season training usualy last for between six weeks and three months and involves progressive development...The basic skills are also practised and...must spend more time on combining the talents

Maksud kutipan di atas adalah masa sebelum musim latihan yang terakhir biasanya antara 6 minggu dan meliputi perkembangan yang progresive...kemampuan dasar adalah juga praktis dan...harus menghabiskan waktu dalam menggabungkan bakat dari atlet.

Karena dalam penelitian ini penulis menggunakan sampel para pejudo pemula, maka latihan keterampilan

dasar harus diajarkan terlebih dahulu, agar program penelitian berjalan lancar. Tetapi sebelumnya, penulis menyiapkan suatu program latihan yang melibatkan teknik-teknik dasar seperti ukemi (teknik jatuhan), teknik dasar bantingan (nagewaza), seperti: ippon soei nage, hiza guruma, o soto gari dan sebagainya. Hal ini agar para pejudo pemula sudah terbiasa dengan teknik jatuhan, teknik bantingan dan lain-lainnya dengan tujuan untuk menghindari cedera.

Pelaksanaan latihan untuk tiap minggu dilakukan sebanyak dua kali yaitu:

1. Rabu, pukul 19.00 sampai pukul 21.00 malam di Hall Gulat KONI Jabar jalan Pajajaran Bandung.
2. Sabtu, pukul 14.00 sampai pukul 16.00 sore di Hall Gulat KONI Jabar jalan PajajaranBandung.

Dalam hal ini mempunyai arti, bahwa jumlah intensitas waktu yang digunakan oleh penulis untuk melaksanakan latihan dalam penelitian ini, selama empat jam dalam seminggu. Hal ini dikemukakan dan didukung pula oleh Wilson (1975 : 12) yaitu: "...the college level students who are conscietious and beginners may achieve and develop skills of the advance stage by practice (4 hours per week)". Pernyataan ini berarti, bagi mahasiswa perguruan tinggi yang sungguh-sungguh dan para pemula boleh memperoleh latihan dan mengembangkan kemampuan yang meningkat dari latihan (4 jam perminggu). Program latihan dalam penelitian ini dapat dilihat dalam lampiran yang

disediakan.

F. Pelaksanaan Tes

Untuk mendapatkan data yang baik dari penelitian ini, maka perlu diadakan test. Tes diadakan dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan atau hasil dalam penelitian ini. Pada awal penelitian dilakukan pre tes sebagai data awal, sementara post tes dilakukan setelah menyelesaikan program latihan dalam penelitian ini sebagai suatu eksperimen. Dalam cara pelaksanaan tes ini juga dijelaskan oleh Pasaribu dan Simanjuntak (1983 : 29) sebagai berikut:

> Pre tes (ujian pendahuluan) adalah suatu ujian pendahuluan yang diberikan oleh pelatih untuk memastikan sejauh mana pengetahuan seorang peserta tentang topik tertentu sebelum dimulai suatu latihan. Ujian pendahuluan itu memberi petunjuk seorang pelatih untuk menyesuaikan tingkat pengetahuan peserta dalam latihan.
>
> Post tes (ujian sesudahnya) adalah ujian yang di selenggarakan oleh pelatih setelah merampungkan topik yang diberikan. Post tes diadakan untuk memastikan sampai tingkat manakah para peserta telah menguasai bahan-bahan latihan yang telah diberikan dalam latihan. Hal ini juga merupakan suatu upaya dalam memastikan kedayagunaan dari latihan (dan pelatih)

Cara pelaksnaan tes adalah sebagai berikut:

1. Alat dan perlengkapan
   a. Matras/tatami.
   b. Perlengkapan alat tulis.
   c. Kriteria penilaian.
   d. Testi lengkap dengan pakaian judo (judo).

e. 1 buah kamera vidio (Handicame).

f. 1 buah camera lengkap dengan dudukannya.

g. 1 buah lampu sorset 1000 watt.

h. 1 buah alat ukur tinggi badan yang terbuat dari kayu yang panjangnya 2,1 m.

2. Pelaksanaan tes

a. Penulis dan camerator mempersiapkan diri di tempat yang telah ditentukan.

b. Penulis memanggil testi dengan pasangannya.

c. Testi pertama melakukan bantingan teknik o soto gari yang ke samping lebih dahulu kemudian testi kedua melakukan teknik o soto gari ke belakang.

d. Testi melakukan tiga kali kesempatan membanting dengan pasangan yang sama. Tiga nilai tersebut diambil satu nilai yang terbaik.

e. Penilaian hasil bantingan dilakukan dengan melihat rekaman video.

f. Nilai hasil dan kecepatan bantingan merupakan skor-skor mentah dan selanjutnya diolah dengan cara statistika.

g. Pelaksanaan pre tes dilaksanakan pada tanggal 2 maret 1996.

h. Sedangkan untuk post tes dilakukan tanggal 1 mei 1996.

3. Cara pengolahan data

Untuk mengolah data yang merupakan skor-skor mentah dari hasil pre tes dan post tes, perlu adanya pengolahan

secara statistika. Pengolahan data dilakukan dengan langkah-langkah menggunakan rumus-rumus statistika.

a. Uji distribusi Normal.

b. Uji homogenitas.

c. Uji kesamaan dua rata-rata : uji dua pihak.

d. Uji hipotesis.

PERPUSTAKAAN

IKIP