

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

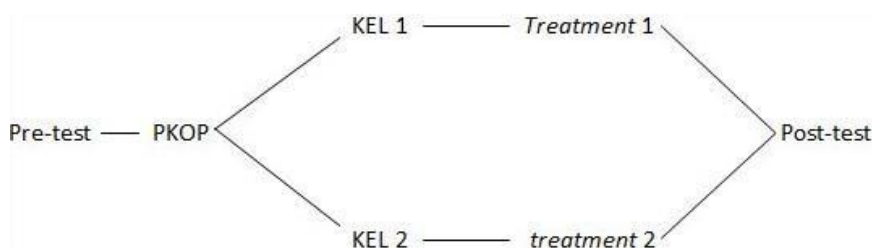
Penelitian ini menggunakan metode penelitian Kuantitatif. Menurut Sugiyono (2019) mengemukakan pendekatan kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, Teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Pendekatan kuantitatif ini digunakan dengan tujuan untuk mendapatkan informasi berdasarkan hasil pengukuran dari instrumen yang telah divalidasi.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen menurut Sugiyono (2016: 109), adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.

Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen. Sugiyono (2018: 51) menjelaskan penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikn. Adapun desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah “Pretest-Posttest Kontrol Group Design”, yaitu desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan, dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat

membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2016: 112). Penelitian ini akan membandingkan hasil pretest dan posttest antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yakni keterampilan tendangan dollyo chagi. Perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini adalah dengan bentuk perlakuan latihan tendangan dollyo chagi menggunakan gawang modifikasi dan pyongyo untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan program yang berbeda tanpa menggunakan gawang modifikasi dan pyongyo. Perlakuan dilaksanakan tiga kali per minggu atau 16 kali tes dengan waktu tatap muka 90-100 menit.

Adapun desain penelitian dalam bentuk gambar sebagai berikut :



Gambar 2.1 Desain Penelitian

Keterangan:

- Pretest* : Tes awal sebelum sampel diberi perlakuan.
- PKOP* : Pembagian kelompok dengan cara ordinal pairing.
- KEL 1* : Kelompok eksperimen menggunakan gawang modifikasi
- KEL 2* : Kelompok kontrol tanpa menggunakan gawang modifikasi.
- Treatment 1* : Latihan dollyo chagi menggunakan gawang modifikasi.
- Treatment 2* : Latihan dollyo chagi tanpa menggunakan gawang modifikasi.
- Posttest* : Tes akhir setelah sampel diberikan perlakuan.

3.2 Populasi dan Sampel

3.2.1 Populasi

Populasi menurut Sugiyono (2016: 119), Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas; obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajarinya dan kemudian menarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlit dojang taekwondo Ar-Rabwah Aceh Besar yang berjumlah 15 orang.

3.2.2 Sampel

Sampel menurut Sugiyono (2016: 120), “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut” .Teknik sampling yang digunakan adalah *sampling purposive*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016:126).

Jumlah sampel yang dibutuhkan setelah dari populasi yaitu berjumlah 10 siswa. Sampel yang diperoleh dari sampling purposive tersebut diberikan pretest dan setelahnya dibagi menjadi 2 kelompok sesuai dengan ranking hasil pretest untuk menentukan kelompok treatment. Kelompok 1 merupakan kelompok eksperimen yang melakukan teknik tendangan dollyo chagi menggunakan gawang modifikasi dan pyongyo sedangkan kelompok 2 merupakan kelompok kontrol tanpa menggunakan gawang modifikasi dan pyongyo. Teknik pembagian sampel dalam penelitian ini yaitu menggunakan ordinal pairing. Ordinal pairing adalah pembagian kelompok menjadi dua dengan tujuan keduanya memiliki kesamaan kemampuan yang merata (Sugiyono, 2007:61).

Adapun hasil atau tabel pembagian kelompok menggunakan teknik *ordinal pairing* sebagai berikut:

Tabel 3.1 Teknik Pembagian Sampel dengan *Ordinal Pairing*.

Kelompok 1 Eksperimen	Kelompok 2 Kontrol
1	6
2	7
3	8
4	9
5	10

3.3 Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian : Dojang Taekwondo Ar-Rabwah Aceh Besar
2. Waktu Penelitian : September 2024

3.4 Variabel Penelitian

Adapun yang akan menjadi variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Bebas X (independent Variabel)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau variabel penyebab (Arikunto, 2010:162). Adapun variabel bebas dalam penelitian ini yaitu Latihan Gawang modifikasi.

2. Variabel Terikat Y (Dependent Variabel)

Variabel terikat disebut variabel akibat atau variabel tidak bebas variabel tergantung (Arikunto, 2010:162). Adapun variabel terikat dalam penelitian ini yaitu Ketepatan Tendangan Dollyo Chagi.

3.5 Teknik dan Alat Pengumpulan Data

3.5.1 Teknik Pengumpulan Data

Menurut Arikunto (2010:265) dijelaskan bahwa metode pengumpulan data merupakan cara yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya. Lebih lanjut dikatakan oleh Arikunto (2010:265) bahwa untuk memperoleh data data yang diinginkan sesuai dengan tujuan peneliti sebagai bagian dari langkah pengumpulan data merupakan langkah yang sukar karena data data yang salah akan menyebabkan kesimpulan-kesimpulan yang ditarik akan salah pula.

Data yang akan diperoleh sesuai dengan tujuan penelitian, maka digunakan metode eksperimen dengan teknik pengambilan data menggunakan tes keterampilan tendangan *dollyo chagi*. *Pretest* dilakukan untuk mengetahui keterampilan tendangan *dollyo chagi* peserta sebelum diberi latihan menggunakan gawang modifikasi dan *pyongyo*. *Posttest* dilakukan untuk mengetahui pengaruh latihan *dollyo chagi* menggunakan gawang modifikasi terhadap keterampilan tendangan *dollyo chagi* pada atlet taekwondo di Dojang Ar-Rabwah Aceh Besar. Pengumpulan data dalam penelitian ini dibantu oleh 5 orang petugas yaitu peneliti sebagai pemberi aba-aba dan pencatat hasil tes keterampilan tendangan *dollyo chagi*, Ilham, Fatih, dan Diama sebagai petugas merekam peserta pada saat tes tendangan *dollyo chagi*, Ikhwan dan Habib yang bertugas memegang target atau sasaran.

1.Observasi

Dalam Kamus Besar Indonesia (KBBI) menjelaskan arti observasi adalah peninjauan secara cermat. Observasi merupakan metode pengumpulan data yang menggunakan pengamatan secara langsung maupun tidak langsung (Riyanto, 2010: 96). Selain wawancara, observasi juga merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang lazim dalam metode penelitian kualitatif.

Observasi pada kenyataannya sebagian besar atlet taekwondo di dojang ar-rabwah aceh besar belum memiliki keterampilan dalam melakukan tahap-tahap teknik tendangan dollyo chagi yang baik dan benar. Peneliti mengetahui hal tersebut ketika melihat atlet taekwondo di dojang ar-rabwah aceh besar dalam melakukan tendangan dollyo chagi saat latihan. Observasi dilakukan pada tanggal 23 Juni 2024

Tabel 3.2 Lembar Observasi oleh Peneliti

No		ASPEK YANG DINILAI	NILAI	
			TEPAT	TIDAK
1)		Tendangan dollyo chagi menggunakan kaki kanan		
2)		Tendangan dollyo chagi menggunakan kaki kiri		

Sumber : Riyanto, (2010): 96.

3.5.2 Tes Tendangan Dollyo Chagi

Waktu 30 detik

a. Tujuan :

Untuk mengukur keterampilan tendangan dollyo chagi menggunakan pyongyo sebagai sasaran.

1) Alat/fasilitas :

- a) *Pyongyo* sebagai sasaran.
- b) Alat tulis
- c) Peluit
- d) *Handpone* dan kamera untuk merekam.
- e) Lembar instrumen penilaian keterampilan tendangan *dollyo chagi*.

2) Petugas :

- a) Petugas terdiri dari 5 orang
- b) Tiga orang merekam peserta yang melakukan tendangan.
- c) Satu orang memberikan aba-aba untuk menendang dan mencatat hasil tendangan.
- d) Satu orang memegang sasaran.

3) Cara Pengambilan Data :

- a) Subyek berdiri di depan *pyongyo*/sasaran yang telah disediakan sesuai dengan jarak masing-masing peserta.
- b) Pada aba-aba “*kyorugi junbi*” peserta siap untuk melakukan tendangan *dollyo chagi* menggunakan kaki kanan dan dengan aba-aba bunyi atau suara peluit peserta melakukan tendangan sebanyak satu kali ke *pyongyo* atau sasaran menggunakan kaki kanan.
- c) Pada aba-aba “*change step*” peserta siap untuk melakukan tendangan *dollyo chagi* menggunakan kaki kiri dan dengan aba-aba bunyi atau suara peluit peserta melakukan tendangan sebanyak satu kali ke *pyongyo* atau sasaran menggunakan kaki kiri.
- d) Satu aba-aba dari petugas, peserta melakukan satu tendangan.
- e) Petugas memberikan aba-aba, merekam tendangan, dan mencatat hasil

keterampilan tendangan yang dilakukan.

- f) Setiap tendangan kaki kanan dan kaki kiri diambil datanya.

Tabel 3.3 Form Tes Keterampilan Teknik Tendangan Dollyo Chagi Kaki Kanan

NO	Nama atlet	Sikap Awalan					Tendangan					Sikap Akhir					Jml skor
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1.																	
2.																	
3.																	
4.																	
5.																	
6.																	
7.																	
8.																	
9.																	
10																	
		Total															

Tabel 3.4 Form Tes Keterampilan Teknik Tendangan Dollyo Chagi Kaki Kiri

NO	Nama atlet	Sikap Awal					Tendangan					Sikap Akhir					Jml skor
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1.																	
2.																	
3.																	
4.																	
5.																	

6.																	
7.																	
8.																	
9.																	
10																	
Total																	

Kriteria skor pelaksanaan tes ketepatan teknik tendangan dollyo chagi yaitu sebagai berikut:

a. Sikap Awal Penilaian:

- 1) Salah satu kaki berada di depan
- 2) Kaki belakang agak membuka ke bagian luar
- 3) Posisi badan tegak, sedikit menghadap ke depan
- 4) Kedua tangan berada di depan, siku agak ditekuk dan telapak tangan menggenggam
- 5) Pandangan menghadap ke depan atau sasaran.

b. Tendangan/Pelaksanaan Penilaian

- 1) Posisi badan tetap tegak kaki belakang ditekuk ke depan badan dan punggung kaki menghadap ke depan
- 2) Putar pinggang, sehingga lipatan kaki mendatar ke depan dan punggung kaki menghadap ke depan
- 3) Tumit pada kaki tumpuan (poros) dorong ke depan
- 4) Pandangan menghadap ke depan atau sasaran

5) Lecutkan kaki yang ditekuk ke depan dengan posisi punggung kaki menghadap ke dalam.

c. Sikap Akhir Penilaian:

- 1) Tarik dan lipat kaki yang menendang ke belakang
- 2) Posisi tumit pada kaki tumpuan (poros) kembali ke posisi semula
- 2) Kaki yang menendang diletakkan di belakang seperti posisi awalan
- 3) Posisi badan kembali tegak, badan sedikit menghadap ke depan
- 4) Kedua tangan berada di depan, siku agak ditekuk dan telapak tangan menggenggam serta pandangan menghadap ke depan atau sasaran.

3.5.3 Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variable yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, notulen rapat, lengger, agenda dan lain sebagainya (Suharsimi Arikunto, 2014: 274). Sedangkan menurut Sugiyono (2018: 476) dokumentasi adalah suatu cara yang digunakan untuk memperoleh data informasi dalam bentuk buku, arsip, dokumen, tulisan angka dan gambar yang berupa laporan serta keterangan yang dapat mendukung peneliti. Metode ini digunakan untuk memperoleh data berupa arsip ketika peneliti melakukan penelitian, seperti proses jalannya penelitian kepada atlet dojang taekwondo ar-rabwah Aceh Besar.

3.6 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan untuk penelitian kuantitatif sudah jelas, yaitu diarahkan untuk menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang

telah dirumuskan dalam proposal sehingga teknik analisis data menggunakan metode statistik yang telah tersedia (Sugiyono, 2016: 331).

Adapun langkah-langkah dalam pengambilan data untuk diolah dan dianalisis adalah sebagai berikut :

1. Tes awal teknik tendangan *dollyo chagi* (*pretest*).
2. Tes akhir teknik tendangan *dollyo chagi* (*posttest*).

Penulis melakukan penghitungan secara statistik dari data yang dikumpulkan melalui hasil tes akhir. Setelah itu semua diperiksa dengan teliti dan cermat. Selanjutnya menyusun, menganalisis, dan mengolah data dengan menggunakan rumus statistik dari kumpulan hasil *pretest* dan *posttest*.). Uji-t dapat dilakukan setelah memenuhi persyaratan yang harus dipenuhi yaitu data yang dianalisis harus berdistribusi normal, untuk itu perlu dilakukan uji normalitas dan uji homogenitas (Arikunto, 2006: 299). Langkah-langkah analisis data sebagai berikut:

3.6.1 Uji Normalitas

Uji normalitas tidak lain sebenarnya adalah mengadakan pengujian terhadap normal tidaknya sebaran data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan tergantung variabel yang akan diolah. Pengujian normalitas menggunakan SPSS 23.0 dengan *Kolmogorov smirnof* jika nilai $p >$ dari 0,05 maka data normal, akan tetapi sebaliknya jika hasil analisis menunjukkan nilai $p <$ dari 0,05 maka data tidak normal.

3.6.2 Uji homogenitas

Uji homogenitas dilakukan agar yakin bahwa kelompok-kelompok yang membentuk sampel berasal dari populasi yang homogen. Homogenitas dicari dengan uji F dari data *pretest* dan *posttest* dengan menggunakan bantuan program SPSS 23.0. Uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan uji *anova test*, jika hasil analisis menunjukkan nilai $p > 0,05$, maka data tersebut homogen, akan tetapi jika hasil analisis data menunjukkan nilai $p < 0,05$, maka data tersebut tidak homogen.

3.6.3 Pengujian Hipotesis

Menganalisis data hasil eksperimen yang menggunakan data *Pretest-Posttest Kontrol Group Design* dapat menggunakan perhitungan menggunakan SPSS 23.0. Jika nilai $p > 0,05$ maka hipotesis tolak dan apabila $p < 0,05$ maka hipotesis diterima.