

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Secara umum hasil dari sebuah penelitian pengembangan adalah menghasilkan produk baru yang nantinya dapat menggunakan model latihan ini ketika melatih. Tujuan penelitian dan pengembangan ini adalah membuat model latihan *endurance* untuk cabang olahraga futsal yang bervariasi dan inovatif, serta meningkatkan kualitas pada latihan endurance.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian pada penelitian ini dilaksanakan di Kampus B Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Tempat pengambilan data pada penelitian ini dilaksanakan di *Waterfall Sport Centre*, Bekasi dan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Adapun waktu penelitian yang akan dilakukan selama empat bulan akan dimulai bulan juni 2017. Satu bulan pertama digunakan pembuatan model, dua bulan untuk pengambilan data penelitian, satu bulan terakhir digunakan untuk pengolahan data serta penulisan hasil penelitian.

C. Karakteristik Pengembangan Model

Perencanaan dan penyusunan penelitian ini adalah membuat produk berupa model latihan *endurance* pada permainan futsal. Sasaran dalam penelitian dan pengembangan model latihan *endurance* pada permainan futsal ini adalah anggota Klub Futsal Putra Universitas Negeri Jakarta dan anggota Klub Futsal Putra Kian Santang Bekasi

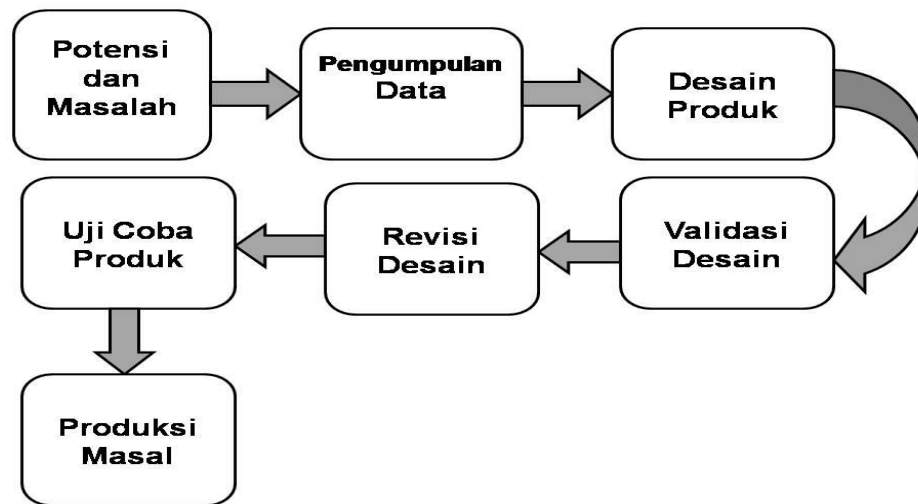
D. Pendekatan dan Metode Penelitian

Pengembangan model latihan *endurance* untuk cabang olahraga futsal ini adalah dengan menggunakan metode penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) dari buku Sugiyono, yaitu suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk-produk pendidikan, yang tidak hanya bersifat materi seperti buku teks, film, pembelajaran, dan lain-lain, tetapi juga termasuk prosedur dan proses seperti metode atau model pembelajaran serta metode pengelolaan pembelajaran.¹

Hasil akhir dari penelitian ini adalah model latihan *endurance*. Selain itu hasil penelitian pengembangan ini akan menghasilkan produk berupa desain latihan model latihan *endurance* yang lengkap dan lebih spesifikasi ke

¹ Borg & Gall, "Educational Research An Introduction", (New York: Longman, 1983), pp.773-775

cabang olahraga futsal yang akan dibuat menjadi sebuah buku untuk dijadikan referensi bagi para pelatih dalam menerapkan latihan *endurance* .



Gambar.3.1 Bagan Rancangan Model *Flow Chart*.

Sumber : Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D," (Bandung: Alfabeta, 2011), h.40

Agar rancangan model dapat berjalan dengan baik dan benar, maka peneliti akan menggunakan alur rancangan model. Adapun alur rancangan model latihan *endurance* pada permainan futsal dilakukan dengan metode penelitian dan pengembangan ini dapat digambarkan juga dalam bagan seperti dikutip dari sugiyono sebagai berikut:

E. Langkah-langkah Pengembangan Model

1. Potensi dan Masalah

Endurance dalam permainan futsal merupakan modal yang penting dalam menjalani sebuah pertandingan. Sebuah tim yang memiliki pemain-pemain yang mempunyai *endurance* yang baik akan memudahkan tim tersebut menguasai pertandingan. *Endurance* yang baik dapat membantu sebuah tim menguasai pertandingan. Ketika sebuah tim dapat mempertahankan penampilan terbaiknya sampai peluit akhir dibunyikan kemungkinan tim tersebut dapat memenangkan pertandingan.

Banyak tim futsal yang bisa bertahan dan menyerang dengan baik pada saat pertandingan, namun tidak memiliki *endurance* yang baik sehingga terkadang mereka tidak bisa berkonsentrasi untuk mengejar ketertinggalan skor atau pun sekedar mempertahankan keunggulan di dalam pertandingan yang seharusnya mereka menangkan dalam waktu normal. Masalah ini dapat diatasi dengan cara memperbanyak atau mencukupi pemain dengan latihan *endurance* yang memadai, sehingga pemain akan memiliki *endurance* yang baik saat bertanding.

2. Pengumpulan Data

Peneliti pada penelitian ini akan membuat produk berupa model latihan *endurance* pada permainan futsal. Dalam hal ini peneliti memerlukan informasi atau data tentang latihan *endurance* yang biasa diterapkan oleh para pelatih, peneliti mengobservasi tempat-tempat latihan beberapa klub futsal dan mencari atau bertanya kepada pelatih tentang latihan *endurance* seperti apa yang biasa diterapkan kepada timnya.

Apabila hasil analisis menunjukkan bahwa, yang menyebabkan *endurance* para pemain kurang baik adalah tidak sesuainya latihan *endurance* yang diberikan dengan karakteristik cabang futsal, maka peneliti akan membuat produk berupa model latihan *endurance* yang sesuai dengan karakteristik futsal. Model latihan *endurance* tersebut adalah produk yang akan dihasilkan oleh peneliti.

3. Desain Produk

Berdasarkan potensi dan masalah serta pengumpulan data yang terkait dengan latihan *endurance* pada permainan futsal, maka untuk menghasilkan produk berupa model latihan *endurance*, peneliti harus membuat rancangan model latihan *endurance*. Rancangan model latihan *endurance* ini nantinya akan dibuat dalam bentuk naskah atau *storyboard script* yang menyajikan

bentuk-bentuk model latihan *endurance*. Adapun model awal latihan *endurance* adalah sebagai berikut.

- Straight Pass
- Straight backpass
- Square round
- Diagonal pass
- Square backpass
- Y round pass
- Triangle round
- Diagonal support
- Diagonal support 2
- Cross pass
- Y with dribbling
- Wallpas TA
- Backpass TA
- Y with wallpass
- Double Run Y
- Quarto Wallpas
- Couple Pass
- Stars Syndrome Pass
- Quick Transition
- X Circuit
- Red vs Yellow War
- Give The Ball to Wall
- Fast Move
- Kind Circuit
- One Backpass Y
- Double Y Round Pass

4. Validasi Desain

Setelah penyusunan desain produk., desain tersebut akan dinilai apakah model latihan *endurance* yang bersifat relevan dan efektif. Validasi produk ini peneliti akan bekerja sama dengan ahli yang berkompeten di bidang olahraga futsal yaitu dosen dan pelatih fisik cabang olahraga futsal. Ahli futsal untuk

memvalidasi model latihan ini diantaranya adalah Andri Irawan, M.Pd yang mempunyai lisensi level 2 AFC dan bertindak sebagai instruktur para pelatih untuk level 1 nasional dan level 1 AFC yang juga beberapa kali menangani tim nasional futsal putra, ahli berikutnya adalah Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd yang mempunyai lisensi C AFC yang juga beberapa kali menjadi sebagai pelatih fisik tim nasional sepak bola.

5. Revisi Desain

Setelah desain produk di validasi melalui penilaian dan diskusi dengan para ahli, maka diketahui kelemahan dan kesalahan dari model latihan *endurance* yang telah dibuat. Kelemahan dan kesalahan tersebut selanjutnya akan dikurangi dengan cara memperbaiki desain yang dilakukan oleh peneliti. Dari hasil diskusi dengan ahli terdapat 2 model tidak layak digunakan sehingga model yang dapat digunakan adalah 24 model.

6. Uji Coba Produk

Setelah dievaluasi dan dianggap layak oleh para ahli, kegiatan selanjutnya dalam pengembangan adalah melakukan uji coba kelompok kecil, dengan mengambil sampel sebanyak 12 anggota

Hasil masukan dari uji coba kelompok kecil dijadikan bahan untuk memperbaiki model latihan latihan *endurance* pada permainan futsal, sebelum di uji cobakan lapangan dengan tingkat responden yang lebih

banyak dan *heterogen*. Hasil responden yang dilakukan para klub futsal Kian Santang kelompok kecil merupakan evaluasi yang kedua setelah evaluasi dari para pakar sebelumnya