

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana pemahaman pelatih bulutangkis Bangka Belitung tentang konsumsi makanan pada atlet masa kompetisi dan meningkatkan kompetensi pelatih dalam memberikan pengaturan gizi yang baik bagi atlet bulutangkis.

B. Tempat dan waktu penelitian

1. Tempat pengambilan data

Tempat pengambilan data dilakukan di seluruh provinsi Bangka Belitung yaitu: Bangka Selatan, Bangka Tengah, Bangka Induk, Pangkal Pinang, Bangka Barat, Belitung, Belitung Timur.

2. Waktu penelitian

Waktu penelitian dilakukan pada tanggal 10-18 Mei 2017.

C. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Metode deskriptif adalah untuk membuat gambaran secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi atau daerah tertentu.²⁴ Penelitian ini menggunakan metode survei. Metode survei adalah seorang peneliti melakukan persiapan, perencanaan, menentukan strategi sampling yang hendak digunakan dengan memilih dari alat pengumpul data seperti angket dan wawancara, bagaimana menyampaikan instrumen tersebut kepada responden sebagai kelengkapan teknik survei, sampai akhirnya mengidentifikasi beberapa prosedur yang tepat agar dapat memproses dan menganalisis untuk memperoleh hasil penelitian.²⁵

²⁴ Sumadi Suryabrata, Metodologi Penelitian, (Jakarta: Rajawali Pers, Edisi II, 2014) h. 75.

²⁵ Sukardi, Metodologi penelitian Pendidikan Kompetensi dan prakteknya, (Yogyakarta: PT Bumi Aksara, Cetakan I, 2003) h. 195.

D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian apabila seorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian.²⁶ Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pelatih bulutangkis Bangka Belitung sebanyak 30 orang pelatih

Tabel. 3.1 Profil Pelatih Bulutangkis Bangka Belitung

No	Nama pelatih	Klub(PB)	Kabupaten	Status
1	Muhammad Fauzi	PB. JBS	Bangka selatan	Memiliki sertifikat
2	Topan	PB. Mitra JBS	Bangka selatan	Memiliki sertifikasi
3	Vengky Ardiyanto	PB. Nyelanding	Bangka selatan	Tidak memiliki sertifikat
4	Asmadi	PB. Payung	Bangka selatan	Tidak memiliki sertifikat

²⁶ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Paraktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, cetakan 15,2013) h. 173.

				pelatih
5	Yonasri	PB. Gor abuk	Bangka selatan	Tidak memilki sertifikat
6	Hariyanto	PB.Bintang	Bangka Tengah	Tidak Memilki sertifikat
7	Suryadi	PB. Mutiara Jaya	Bangka Tengah	Tidak Memilki sertifikat
8	Salman	PB.Raya Abadi	Bangka Tengah	Tidak Memilki sertifikat
9	Febriansyah	PB. Kejora Champions	Bangka Tengah	Tidak Memilki sertifikat
10	Trianto	PB.Perkasa	Bangka Tengah	Tidak Memilki sertifikat
11	Doni	PB.King	Bangka Tengah	Tidak Memilki

				sertifikat
12	Daniel Johan	PB.Surya Champions	Pangkal pinang	Memiliki sertifikat pelatih
13	Septian Valdano	PB.PLN	Pangkal Pinang	Tidak Memilki sertifikat
14	Nurulia	PB.Rajawali	Pangkal pinang	Tidak Memilki sertifikat
15	Asiaw	PB.Akon	Pangkal pinang	Tidak Memilki sertifikat
16	Nunung Juarsa	PB.Generasi	Bangka	Memilki sertifikat pelatih
17	Adi Nugraha	PB.surya Mas	Bangka	Memilki Sertifikat Pelatih
18	Ardiansyah	PB. Harapan Jaya	Bangka	Tidak Memilki

				sertifikat
19	Gilang Pratama	PB.Mandala	Bangka	Tidak Memilki sertifikat
20	Rahman Arianto	PB.Timah	Bangka	Tidak Memilki sertifikat
21	Kristoper	PB.Bintang Kejora	Bangka Barat	Tidak Memilki sertifikat
22	Buyung	PB.Raya	Bangka Barat	Tidak Memilki sertifikat
23	Sadikin	PB.Tangkas Babar	Bangka Barat	Tidak Memilki sertifikat
24	Firdaus	PB.GBR	Bangka Barat	Tidak Memilki sertifikat
25	Mulyadi	PB. Gemilang	Bangka Barat	Tidak Memilki

				sertifikat
26	Warnodaryono	PB.Halim	Belitung	Tidak Memilki sertifikat
27	Darmadi	PB.Bina Praja	Belitung	Tidak Memilki sertifikat
28	Yelson Saputra	PB. Galaxsi	Belitung Timur	Tidak Memilki sertifikat
29	Bayu Anugrah	PB.Garuda	Belitung Timur	Tidak Memilki sertifikat
30	Burhanudin	PB.Angkasa	Belitung Timur	Tidak Memilki sertifikat

2. Teknik Pengambilan Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti.²⁷ Sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik total sampling. *Total sampling* adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi relatif kecil, kurang dari 100 orang maka diambil sampel seluruh pelatih bulutangkis Bangka Belitung sebanyak 30 orang.

E. Instrumen Penelitian

1. Kisi-Kisi Instrumen

Kisi-kisi instrumen untuk mengukur respon atau tanggapan pelatih bulutangkis Bangka Belitung berdasarkan kriteria yang telah ditentukan yaitu:

1. Memiliki sertifikasi pelatih bulutangkis
2. Tidak memiliki sertifikasi pelatih bulutangkis

Berdasarkan kriteria tersebut pelatih menjawab angket pertanyaan – pertanyaan yang telah disiapkan dan dijawab oleh responden

²⁷ *Ibid.*, h. 174.

Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Dimensi	Indikator	No.soal
Pemahaman Gizi pelatih tentang konsumsi makanan pada masa kompetisi	Zat Gizi	1. Karbohidrat	1,2,3
		2. Lemak	11,12,13
		3. Protein	4,5,6
		4. Vitamin	7,8,9,10
		5. Mineral dan Air	14,15,16,17,18
	Pengetahuan Gizi pada perodesasi Pertandingan	1. Pada Fase persiapan umum	19,20
		2. Pada Fase persiapan Khusus	21,22
		3. Pada Fase Kompetisi	23,24,25,26, 27,28,29,30 31,32,33,34 35,36,

F. Teknik Pengumpulan data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan angket/kuisisioner. Teknik ini dilakukan dengan menyebarkan suatu daftar pertanyaan yang berupa formulir, diajukan secara tertulis kepada pelatih bulutangkis di Bangka Belitung sebanyak 30 orang untuk mendapatkan tanggapan, informasi, jawaban dan sebagainya.

Dalam melakukan penelitian, ada tahap-tahap yang harus dilakukan, yaitu pertama adalah menentukan populasi, menentukan jumlah sampel, menentukan waktu pengamatan data, lalu menyusun kisi-kisi instrumen pertanyaan. Kemudian data di peroleh dengan menyebarkan angket/kuisisioner yang berisi pertanyaan yang sifatnya tertutup. Penilaian dalam angket/kuisisioner dalam instrumen tes pilihan ganda (*multiple choice*) adalah jika responden benar dalam menjawab pertanyaan maka akan mendapatkan nilai 1 dan jika jawaban yang di jawab oleh responden salah maka nilainya 0

G. Teknik Analisis Data

Penelitian ini akan menggambarkan pemahaman pelatih bulutangkis Bangka Belitung tentang konsumsi makanan atlet pada masa kompetisi. Setelah data terkumpul melalui angket, maka data akan diolah melalui beberapa tahapan yaitu :

1. Seleksi data (*editing*) yaitu peneliti melakukan penelitian terhadap data diperoleh dan diteliti apakah terdapat kekeliruan atau tidak dalam penelitian
2. Pemberian kode (*coding*), yaitu peneliti memberikan kode
3. tentu pada tiap-tiap data sehingga memudahkan dalam melakukan analisis data
4. Pengelompokan data (*Tabulating*), yaitu jawaban-jawaban responden yang sama dikelompokkan dengan teliti dan teratur lalu dihitung dan dijumlahkan, kemudian dituliskan dalam bentuk tabel-tabel.²⁸

Untuk mendapatkan gambaran mengenai pemahaman pelatih Bangka Belitung tentang konsumsi makanan atlet Pada masa kompetisi, maka data yang telah diperoleh dianalisis dengan menggunakan metode statistik deskriptif kuantitatif , perhitungan statistik deskriptif , karena untuk penyajian

²⁸ W. Gulo, Metodologi Penelitian (Jakarta: PT.Grasindo, 2010), h.136.

data melalui tabel ,grafik, diagram, lingkaran, piktogram, mean, modus, median , perhitungan desil, persentil, perhitungan penyebaran rata-rata, standar deviasi dan persentase, maka menggunakan rumus berikut :

$$P =$$