

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Tujuan Penelitian

Penelitian dan pengembangan model latihan *pointing* olahraga petanque secara khusus memiliki tujuan mengembangkan variasi model latihan *pointing* olahraga petanque untuk ekstrakurikuler di SMKN 17 Jakarta.

Tujuan akhir dari penelitian pengembangan ini adalah menghasilkan produk berupa variasi model latihan teknik dasar *pointing* olahraga petanque yang akan dibuat dalam bentuk buku panduan yang berisikan variasi model latihan teknik dasar *pointing* untuk cabang olahraga petanque sehingga dapat melengkapi variasi latihan olahraga petanque yang sudah ada.

#### B. Tempat dan Waktu Penelitian

##### 1. Tempat penelitian

Pelaksanaan atau tempat penelitian dilaksanakan antara lain :

- a. Sekolah SMKN 17 Jakarta
- b. Lapangan Wijaya Kusuma Jakarta Barat

## 2. Waktu penelitian

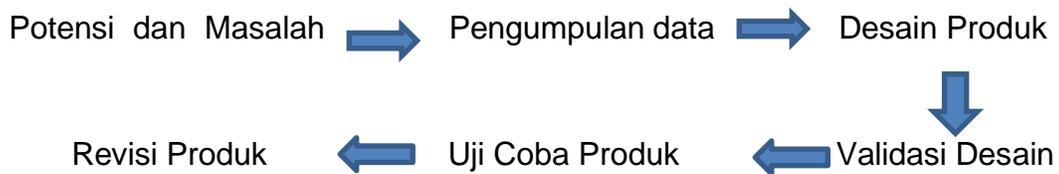
Penelitian dilaksanakan selama 2 bulan yaitu dimulai bulan oktober 2016 sampai dengan bulan November 2016.

### **C. Karakteristik Model yang Dikembangkan**

Sasaran dalam penelitian pengembangan model latihan teknik dasar *pointing* cabang olahraga petanque ini adalah pelajar SMKN 17 Jakarta. Secara khusus siswa yang berusia 15 – 18 tahun yang mengikuti ekstrakurikuler di sekolah tersebut.

### **D. Pendekatan dan Metode Penelitian**

Penelitian yang dilakukan ini menggunakan metode *Research & Development* (R & D) untuk mengembangkan dan memvalidasi produk berupa variasi model latihan *pointing* cabang olahraga petanque tingkat pelajar SMK. Menurut Sugiyono penelitian dan pengembangan adalah model penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu. Supaya arah penelitian berjalan dengan benar, secara umum alur penelitian dan pengembangan ini digambarkan dalam bagan yang dikutip dari Sugiyono adalah sebagai berikut:



Gambar 3.1. Gambar Rencana Model<sup>1</sup>

Sumber : Sugiyono, Metode Penelitian dan Pengembangan

## E. Langkah-langkah Pengembangan Model

Penelitian ini melalui 6 tahapan dengan mengadaptasi penelitian dan pengembangan model Sugiyono sebagai berikut : analisis kebutuhan, analisis pengembangan produk, mengembangkan model latihan *pointing* olahraga petanque, melakukan uji coba produk, merevisi produk, dan produk akhir.

### 1. Penelitian Pendahuluan

Melakukan penelitian pendahuluan (prasurvei) untuk mengumpulkan informasi kajian pustaka, pengamatan kelas, identifikasi masalah yang dijumpai dalam latihan ekstrakurikuler dan merangkum permasalahan. Dalam pengembangan model latihan teknik dasar *pointing* olahraga petanque ini difokuskan pada analisis awal/identifikasi masalah serta kebutuhan yang diperlukan model latihan teknik dasar *pointing* cabang olahraga petanque di ekstrakurikuler SMKN 17 Jakarta.

Sebelum melakukan pengembangan peneliti terlebih dahulu mengadakan analisis kebutuhan. Apakah model latihan yang lebih dibutuhkan oleh siswa ekstrakurikuler olahraga petanque SMKN 17 Jakarta.

<sup>1</sup> Sugiyono, Metode Penelitian dan Pengembangan, Bandung, Alfabeta 2015

Analisis kebutuhan ini difokuskan pada teknik dasar *pointing*. Hasil kajian ini digunakan sebagai dasar untuk mendesain model latihan yang akan dikembangkan. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini sebagai berikut :

- 1) Melakukan observasi dan wawancara dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler petanque di SMKN 17 Jakarta.
- 2) Menganalisa model latihan yang telah diterapkan serta peralatan yang digunakan dalam melaksanakan latihan.
- 3) Melakukan diskusi dengan siswa apa saja kendala yang di hadapi dan model seperti apa yang diinginkan oleh siswa.
- 4) Menganalisa teknik *pointing* yang dilakukan atlet saat mengikuti pertandingan pada suatu kejuaraan.

Hasil studi lapangan kemudian dianalisa untuk memfokuskan aspek-aspek yang menjadi dasar pengembangan. Pengembangan difokuskan pada model latihan *pointing* cabang olahraga petanque ekstrakurikuler SMKN 17 Jakarta.

## **2. Perencanaan Pengembangan Model**

Berdasarkan analisis kebutuhan diatas maka dibuatlah produk variasi model latihan *pointing* olahraga petanque. Produk yang dibuat diajukan kepada dosen ahli untuk dianalisa sehingga hasil dari produk yang dibuat bisa memuaskan dan sesuai dengan apa yang diharapkan.

Instrumen produk yang akan dikembangkan terdiri dari 2 jenis yaitu kualitatif dan kuantitatif. Instrumen kualitatif adalah lembar saran perbaikan

dan catatan lapangan, instrumen kuantitatif adalah angket skala nilai validasi ahli terhadap model latihan teknik dasar *pointing* cabang olahraga petanque.

Spesifikasi produk yang dikembangkan pada penelitian ini berupa 10 model draf variasi model latihan teknik dasar *pointing* cabang olahraga petanque tingkat pelajar ekstrakurikuler SMKN 17 Jakarta. Draft variasi model latihan yang telah dibuat oleh peneliti sebagai berikut :

Tabel 3.1. Variasi Model Latihan *Pointing*

No	<b>MODEL LATIHAN <i>POINTING</i></b>		
1	<b>Latihan pegangan bosi menggunakan bola kasti</b>		
	<b>Sikap Awalan</b>	<b>Pelaksanaan</b>	<b>Sikap Akhir</b>
			
	a. Posisi lengan lurus kedepan. b. Bola kasti diletakan di atas telapak tangan.	a. Jari-jari dilipat mengganggam bola kasti. b. Genggam bola kasti senyaman mungkin.	a. Telapak tangan dibalik menghadap ke tanah. b. Usahakan bola kasti tidak terjatuh.

Tabel 3.2. Variasi Model Latihan *Pointing*

No	MODEL LATIHAN <i>POINTING</i>		
2	Latihan ayunan lengan dengan posisi duduk		
	Sikap Awalan	Pelaksanaan	Sikap Akhir
			
	<p>a. Posisi siswa duduk dikursi.</p> <p>b. Posisi lengan didepan dada.</p>	<p>a. Lengan diayunkan kebelakang membentuk sudut 45°.</p> <p>b. Posisi bahu lemas.</p>	<p>a. Gerakan berhenti saat posisi lengan membentuk sudut 90°.</p> <p>b. Lakukan gerakan sebanyak 30x</p>

Tabel 3.3. Variasi Model Latihan *Pointing*

No	MODEL LATIHAN <i>POINTING</i>		
3	Latihan ayunan lengan dengan memegang bosi		
	Sikap Awalan	Pelaksanaan	Sikap Akhir
			
	<p>a. Posisi siswa berdiri.</p> <p>b. Tangan kiri dan kanan memegang bosi.</p>	<p>a. Ayunkan lengan kedepan dan kebelakang.</p> <p>b. Ayunan lengan berlawanan antara kiri dan kanan.</p> <p>c. Gerakan dilakukan sebanyak 30x</p>	<p>a. Setelah selesai lengan dilemaskan.</p> <p>b. Istirahat 5 detik sebelum mengulang melakukan gerakan.</p>

Tabel 3.4. Variasi Model Latihan *Pointing*

No	MODEL LATIHAN <i>POINTING</i>		
4	Latihan melempar bola kasti ke tembok		
	Sikap Awalan	Pelaksanaan	Sikap Akhir
			
	<p>a. Posisi siswa berdiri menghadap tembok.</p> <p>b. Siswa memegang bola kasti.</p>	<p>a. Gerakan lengan kebelakang membentuk sudut <math>45^{\circ}</math>.</p> <p>b. Kemudian ayun lengan kedepan.</p> <p>c. Lempar bola kasti ke arah tembok saat lengan sudah membentuk sudut <math>100^{\circ}</math>.</p>	<p>a. Tangkap bola kasti yang memantul.</p> <p>b. Lakukan gerakan ini selama 30x.</p>

Tabel 3.5. Variasi Model Latihan *Pointing*

No	MODEL LATIHAN <i>POINTING</i>		
5	Latihan lemparan <i>pointing</i> di tempat		
	Sikap Awalan	Pelaksanaan	Sikap Akhir
			
	<p>a. Posisi berdiri tegak dengan memegang bosi</p> <p>b. Lengan lurus kedepan membentuk sudut <math>90^{\circ}</math>.</p>	<p>a. Gerakan lengan kebelakang membentuk sudut <math>45^{\circ}</math>.</p> <p>b. Kemudian ayun lengan kedepan.</p>	<p>a. Keluarkan bosi saat lengan membentuk sudut <math>100^{\circ}</math>.</p> <p>b. Arah bola keatas kemudian tangkap kembali bola saat sudah berada di depan.</p>

Tabel 3.6. Variasi Model Latihan *Pointing*

No	MODEL LATIHAN <i>POINTING</i>		
6	Latihan lemparan <i>pointing</i> dengan ban bekas sebagai titik pendaratan		
	Sikap Awalan	Pelaksanaan	Sikap Akhir
			
	<p>a. Posisi atlet jongkok dan sudah memegang bosi.</p> <p>b. Posisi ban bekas dijarak 5 meter dari titik awal melempar.</p>	<p>a. Lengan diayun perlahan kebelakang sampai membentuk sudut <math>45^{\circ}</math>.</p> <p>b. Kemudian lengan diayun kedepan sampai membentuk sudut <math>90^{\circ}</math>.</p> <p>c. Bosi keluar pada saat lengan sudah membentuk sudut <math>90^{\circ}</math>.</p> <p>d. Bosi harus mendarat kedalam ban bekas.</p> <p>e. Gerakan ini dilakukan dalam satu rangkaian atau tidak terputus-putus.</p>	<p>a. Setelah bosi terlempar ada gerakan <i>follow trough</i> sampai lengan membentuk sudut <math>110^{\circ}</math>.</p> <p>b. Atlet tidak bergerak keluar sebelum bosi yang dilempar mendarat di lapangan.</p>

Tabel 3.7. Variasi Model Latihan *Pointing*

No	MODEL LATIHAN <i>POINTING</i>		
7	Latihan lemparan <i>pointing</i> dengan jalur lintasan tali		
	Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap Akhir
			
	<p>a. Posisi atlet jongkok dan sudah memegang bosi.</p> <p>b. Posisi tali sepanjang 6-10 meter.</p> <p>c. Posisi boka dijarak 6 meter dari titik awal melempar.</p>	<p>a. Lengan diayun perlahan kebelakang sampai membentuk sudut <math>45^{\circ}</math>.</p> <p>b. Kemudian lengan diayun kedepan sampai membentuk sudut <math>90^{\circ}</math>.</p> <p>c. Bosi keluar pada saat lengan sudah membentuk sudut <math>90^{\circ}</math>.</p> <p>d. Bosi mendarat dijarak 3 meter dari titik awal melempar.</p> <p>e. Lintasan bosinya menuju target harus lurus mengikuti lintasan tali.</p> <p>f. Gerakan ini dilakukan dalam satu rangkaian atau tidak terputus-putus.</p>	<p>a. Setelah bosinya terlempar ada gerakan <i>follow trough</i> sampai lengan membentuk sudut <math>110^{\circ}</math>.</p> <p>b. Atlet tidak bergerak keluar sebelum bosinya yang dilempar mendarat di lapangan.</p>

Tabel 3.8. Variasi Model Latihan *Pointing*

No	MODEL LATIHAN <i>POINTING</i>		
8	Latihan lemparan <i>pointing</i> dengan halangan pipa		
	Sikap Awalan	Pelaksanaan	Sikap Akhir
			
	<p>a. Posisi atlet jongkok dan sudah memegang bosi.</p> <p>b. Posisi pipa dijarak 5 meter dari titik awal melempar.</p> <p>c. Posisi boka dijarak 6 meter dari titik awal melempar.</p>	<p>a. Lengan diayun perlahan kebelakang sampai membentuk sudut <math>45^{\circ}</math>.</p> <p>b. Kemudian lengan diayun kedepan sampai membentuk sudut <math>90^{\circ}</math>.</p> <p>c. Bosi keluar pada saat lengan sudah membentuk sudut <math>90^{\circ}</math>.</p> <p>d. Bosi harus melewati atas pipa terlebih dahulu sebelum mengarah ke target.</p> <p>e. Gerakan ini dilakukan dalam satu rangkaian atau tidak terputus-putus.</p>	<p>a. Setelah bosi terlempar ada gerakan <i>follow trough</i> sampai lengan membentuk sudut <math>110^{\circ}</math>.</p> <p>b. Atlet tidak bergerak keluar sebelum bosi yang dilempar mendarat di lapangan.</p>

Tabel 3.9. Variasi Model Latihan *Pointing*

No	MODEL LATIHAN <i>POINTING</i>		
9	Latihan lemparan <i>pointing</i> dengan batas jalur lemparan botol bekas		
	Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap Akhir
			
	<p>a. Posisi atlet jongkok dan sudah memegang bosi.</p> <p>b. Posisi boka dijarak 7 meter dari titik awal melempar.</p> <p>c. Posisi kedua botol bekas 30cm didepan boka.</p>	<p>a. Lengan diayun perlahan kebelakang sampai membentuk sudut <math>45^{\circ}</math>.</p> <p>b. Kemudian lengan diayun kedepan sampai membentuk sudut <math>90^{\circ}</math>.</p> <p>c. Bosi keluar pada saat lengan sudah membentuk sudut <math>90^{\circ}</math>.</p> <p>d. Bosi mendarat 30cm dibelakang botol bekas.</p> <p>e. Setelah mendarat arah pergerakan bosu harus lewat diantara dua botol bekas tersebut sebelum menuju boka.</p> <p>f. Gerakan ini dilakukan dalam satu rangkaian atau tidak terputus-putus.</p>	<p>a. Setelah bosu terlempar ada gerakan <i>follow trough</i> sampai lengan membentuk sudut <math>110^{\circ}</math>.</p> <p>b. Atlet tidak bergerak keluar sebelum bosu yang dilempar mendarat di lapangan.</p>

Tabel 3.10. Variasi Model Latihan *Pointing*

No	MODEL LATIHAN <i>POINTING</i>		
10	Latihan lemparan <i>pointing</i> menggunakan pipa dan bekas		
	Sikap Awalan	Pelaksanaan	Sikap Akhir
			
	<p>a. Posisi atlet jongkok dan sudah memegang bosi.</p> <p>b. Posisi pipa dijarak 5 meter dari titik awal melempar.</p> <p>c. Posisi ban 6 meter dari titik awal melempar.</p>	<p>a. Lengan diayun perlahan kebelakang sampai membentuk sudut 45°.</p> <p>b. Kemudian lengan diayun kedepan sampai membentuk sudut 90°.</p> <p>c. Bosi keluar pada saat lengan sudah membentuk sudut 90°.</p> <p>d. Bosi melewati pipa bagian atas..</p> <p>e. Kemudian bosinya mendarat didalam ban bekas.</p> <p>f. Gerakan ini dilakukan dalam satu rangkaian atau tidak terputus-putus.</p>	<p>a. Setelah bosinya terlempar ada gerakan <i>follow trough</i> sampai lengan membentuk sudut 110°.</p> <p>b. Atlet tidak bergerak keluar sebelum bosinya yang dilempar mendarat di lapangan.</p>

### 3. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model

Uji coba lapangan tahap awal. Dalam tahap ini peneliti melakukan uji coba terbatas pada 10 pelajar SMKN 17 Jakarta. Dengan maksud untuk mengetahui keterlaksanaan model latihan yang dibuat dan menganalisa persoalan yang muncul terkait model latihan *pointing* untuk cabang olahraga petanque tersebut, seperti kejelasan instruksi, cara pelaksanaan dan efisiensi dari model yang diberikan. Kemudian hasil dari uji coba kelompok kecil ini dikonsultasikan kepada dosen ahli untuk merevisi apa yang masih kurang untuk kesempurnaan produk yang akan dihasilkan.

#### a. Telaah Pakar (*Expert Judgement*)

Telaah pakar atau ahli dalam pengembangan model latihan *pointing* dilakukan pada tahap pengembangan setelah draf model.

Pada tahap ini beberapa ahli yang terlibat sebagai berikut : (1) Asih Nurdianto, S.Or sebagai pelatih tim PON JABAR. (2) Hadi Aulia Rachman, S.Or sebagai atlet nasional petanque. (3) Tri Sutrisna, S.Or sebagai pelatih tim PON DKI JAKARTA. Hal ini dilakukan untuk meminta penilaian dari ahli apakah instrumen yang disusun secara isi telah dianggap layak.

Berdasarkan telaah pakar model yang akan digunakan oleh peneliti sudah dianggap layak untuk dilakukan uji coba skala kecil.

b. Teknik Analisis

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik analisis data deskriptif kualitatif dan kuantitatif.

- 1) Teknik analisis kualitatif digunakan untuk menganalisis hasil pengumpulan data tinjauan para ahli dengan menggunakan kuisioner. Teknik analisis data deskriptif kualitatif dilakukan pada hasil observasi analisis kebutuhan untuk memperjelas masalah yang ada sehingga memperkuat latar belakang penelitian dan pada data saran perbaikan dari para validator dan observer untuk diambil kesimpulan sebagai bahan revisi.
- 2) Teknik analisis data deskriptif kuantitatif dilakukan pada hasil penelitian validasi dengan skala nilai ahli terhadap draf variasi model latihan tehnik dasar *pointing* cabang olahraga petanque tingkat pelajar ekstrakurikuler SMKN 17 Jakarta.

Rumus untuk menghitung hasil validasi oleh ahli untuk semua produk yang dikembangkan adalah sebagai berikut :

$$P = \frac{\sum X}{\sum Xi} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase hasil validasi ahli

$\sum x$  = Jumlah keseluruhan jawaban ahli

$\sum xi$  = Jumlah keseluruhan skor maksimal

100% = Konstanta

Sesuai uraian diatas dan kesimpulan yang telah tercapai maka ditetapkan kriteria sebagaimana pada tabel berikut :

Tabel 3.2 Konfersi Hasil Evaluasi Oleh Ahli Validasi

<b>PROSENTASE</b>	<b>KETERANGAN</b>	<b>MAKNA</b>
80% - 100%	VALID	DIGUNAKAN
60% - 79%	VALID	DIGUNAKAN
50% - 59%	TIDAK VALID	DIGANTI
< 50%	TIDAK VALID	DIGANTI

### **c. Revisi Model**

Rancangan model yang telah dibuat oleh peneliti apabila masih banyak kekurangan maka akan direvisi oleh ahli sehingga akan didapatkan model yang sesuai dengan apa yang diharapkan. Ini bisa dilihat dari hasil evaluasi para ahli, apabila valid maka model dapat digunakan dan apabila tidak valid maka model tidak dapat digunakan atau harus diganti.