

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Pengembangan (Research and Development) dari (Borg dan Gall, 1983:775) dalam (Mahfud & Fahrizqi, 2020) yang terdiri dari sepuluh langkah dalam penelitian, antara lain: (1) *Research and information collecting* (2) *Planning* (3) *Development of the preliminary form of product* (4) *Preliminary field testing* (5) *Main product revision* (6) *Main field test*. (7) *Operational product revision* (8) *Operational field testing* (9) *Final produk* (10) *Dissemination and implementation*. Penelitian dan pengembangan ini tentunya diharapkan akan menghasilkan sebuah produk yang dapat digunakan sebagai model latihan keterampilan motorik melalui olahraga tradisional. Untuk mempermudah sistematika penelitian maka akan digambarkan menggunakan chart mengenai langkah-langkah penelitian dan pengembangan yang digunakan oleh peneliti berdasarkan langkah-langkah penelitian.

Penelitian dan Pengembangan atau Research and Development (R&D) adalah pola pikir untuk melakukan Penelitian dan Pengembangan. Mulai dari permasalahan yang sering lihat (Fakta) untuk diteliti dan di pahami permasalahan tersebut. Untuk mencari solusi permasalahan tersebut dilakukan pengembangan permasalahan agar dapat mencari solusi permasalahannya. Setelah dilakukan pengembangan

di buatlah model latihan baru atau memperbaharui model yang sudah ada dan menguji keefektifannya serta untuk meningkatkan, variasi, kualitas dan menjadi referensi untuk para pelatih. (Alfiandi et al., 2018)

Penelitian Pengembangan atau Research and Development (R&D) saat ini merupakan salah jenis penelitian yang banyak dikembangkan. Penelitian pengembangan merupakan salah satu jenis penelitian yang dapat menjadi penghubung atau pemutus kesenjangan antara penelitian dasar dengan penelitian terapan.

Pengembangan sering diartikan sebagai suatu proses atau langkah-langkah untuk mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada. Yang dimaksud dengan produk dalam konteks ini adalah tidak selalu berbentuk hardware (buku, modul, alat bantu pembelajaran di kelas dan laboratorium), tetapi bisa juga perangkat lunak (software) seperti program untuk pengolahan data, pembelajaran di kelas, perpustakaan atau laboratorium, ataupun model- model pendidikan, pembelajaran pelatihan, bimbingan, evaluasi, manajemen, dan lain-lain. salah satu indikator kebijakan yang baik adalah “kebijakan sebelum diimplementasikan dicoba terlebih dahulu”. Metode penelitian dan pengembangann (*rResearch adan Development/R&D*) akan lebih cocok digunakan untuk membuat kebijakan baru, memperbaiki kebijakan yang ada dan menguji efektivitas suatu kebijakan. Penelitian dan pengembangan berfungsi untuk memvalidasi dan

mengembangkan produk atau kebijakan yang telah ada. Memvalidasi kebijakan, berarti kebijakan itu telah ada, dan peneliti hanya menguji efektivitas atau validitas kebijakan tersebut.

Prosedur penelitian dan pengembangan ini menggunakan langkah-langkah (Borg & Gall 2007 dalam (Atiq & Hetami, 2019) yang disederhanakan. Desain penelitian pengembangan model pengembangan Borg dan Gall kemudian diubah dengan lebih sederhana melibatkan lima langkah utama: (1) studi pendahuluan dan pengumpulan informasi, (2) desain produk awal, (3) validasi ahli/revisi, (4) uji coba lapangan skala kecil/revisi, (5) uji coba skala besar dan produk akhir.

Penelitian dan pengembangan yang dimaksudkan adalah sebagai proses untuk mengembangkan suatu hasil pendidikan, salah satunya berupa model latihan *passing* atas bola voli. Konteks dari penelitian ini merupakan perencanaan sebagai upaya untuk mengembangkan hasil dari pengembangan model latihan *passing* atas untuk meningkatkan latihan *passing* atas bola voli. Model permainan yang dimaksud adalah suatu model yang memberikan penekanan pada permainan untuk meningkatkan keterampilan teknik dalam situasi bermain dalam konteks permasalahan *passing* atas bola voli.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu penelitian ini dilakukan pada tahun 2020/2021, dan waktu yang dibutuhkan peneliti dalam membuat penelitian ini

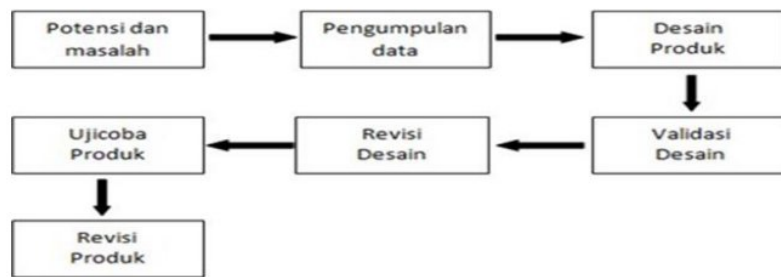
kurang lebih selama 1 bulan.

2. Tempat Penelitian Penelitian ini dilakukan di Bekasi utara tepatnya berada di tempat latihan Club Bekasi Muda

C. Desain Penelitian

Untuk dapat menghasilkan suatu pekerjaan yang baik, maka peneliti bukan hanya harus mengetahui aturan permainan, tetapi juga harus mempunyai keterampilan dalam melaksanakan penelitian. Untuk menerapkan metode ilmiah dan praktik penelitian maka diperlukan suatu desain penelitian yang sesuai dengan kondisi. Desain penelitian adalah deskriptif kualitatif, dan teknik pengumpulan data meliputi in-depth interview, observasi dan studi dokumentasi, "Mukhtas,(2019:16)".

Desain penelitian ini menggunakan langkah-langkah yang dikemukakan oleh Sugiyono dalam (Septo Maulana Raharjo, 2018) langkah- langkah penelitian pengembangan yaitu: 1) potensi dan masalah, 2) pengumpulan data, 3) desain produk, 4) validasi desain, 5) revisi desain, 6) uji coba produk, 7) revisi produk, 8) uji coba pemakaian, 9) revisi produk, dan 10) produksi massal, "S M Raharjo, (2018:6).



Gambar 3. 1 Gambar Langkah Penelitian

Sumber : (Koriaty & Agustani, 2017)

D. Prosedur Pengembangan

Pada penelitian yang dilakukan ini peneliti hanya menggunakan lima Langkah-langkah penelitian dan pengembangan yang dikarenakan situasi dan kondisi yang ada di seluruh dunia dan juga Negara Indonesia terkait dengan penyebaran virus *Covid-19* yang membuat penulis melakukan penelitian di rumah,

1. Potensi dan Masalah

Pada tahap ini masalah yang telah di observasi atau diteliti yaitu kurangnya metode latihan, sehingga latihan yang sering dilakukan kurang efektif.

2. Pengumpulan Data

Pada tahap ini penelitian dilakukan melalui wawancara terhadap pelatih bola voli di club bekasi muda mampu mengembangkan suatu metode latihan dan mampu memecahkan masalah.

3. Desain produk

Dalam hal ini peneliti sudah melakukan perencanaan produk latihan yang akan dikembangkan seperti (1) *passing* atas dengan bambu, (2) *Passing* atas zigzag, (3) *Passing atas dengan target*, (4)

*Lari passing atas dari ujung tiang net. (5) Passing over aiming cone,
(6) Squat walk top pass*

4. Validasi Desain


Semua hasil dari pengembangan tersebut terlebih dahulu dinilai oleh para ahli.


- a) Aisya Kemala, M.Pd sebagai ahli dalam bidang Kepelatihan
- b) John Heri, S.Pd sebagai ahli dalam bidang Bola Voli
- c) Andini Dwi Intani, M.Or sebagai ahli dalam bidang Motorik

5. Revisi Desain


Setelah pengembangan tersebut dinilai oleh para ahli, maka akan diketahui kelemahannya dan akan segera dievaluasi

Tabel 3.1 “Pengembangan Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis Media Audio Visual Untuk Atlet Pemula”


No	Aspek	Skor Penilaian				Saran dan Perbaikan
		1	2	3	4	
	Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis Media Audio Visual					
1	<p>Passing atas melewati bambu</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tujuan : Melatih keteepatan menangkap dan mengumpan bola 2. Fasilitas / Alat : <ol style="list-style-type: none"> a. Lapangan Voli b. Bola Voli c. Bambu panjang 3 meter dan tinggi 2 meter d. Stopwatch  <ol style="list-style-type: none"> 3. Cara Pelaksanaan : <ol style="list-style-type: none"> a. Atlet dibagi menjadi 1 kelompok b. Bambu berjumlah 1 c. Atlet 1 dan 2 memegang bambu d. Atlet 3 bersiap dibawah bambu lalu melakukan gerakan passing atas e. Latihan ditentukan dengan waktu selama 1 menit f. Atlet yang gagal akan diberi hukuman g. Repetisi 1 menit Set 2 h. Intensitas 60 – 70% 					

No	Aspek	Skor Penilaian				Saran dan Perbaikan
		1	2	3	4	
	Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis Media Audio Visual Untuk Atlet Pemula					
2	<p>Passing atas zigzag</p> <p>1. Tujuan : grip tangan dan koordinasi mata, tangan dan kaki</p> <p>2. Fasilitas / Alat :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Lapangan Voli b. Bola voli c. Cones  <p>3. Cara Pelaksanaan :</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Atlet membuat formasi dalam satu baris dan masing masing memegang bola b) Atlet melempar keatas berulang kali c) Atlet berjalan zig zag melewati cones d) Setiap cones berjarak 3 meter e) Setelah sampai di cones akhir, atlet berputar arah untuk melakukan hal yang sama f) Ketika atlet sampai dibarisan, 					

	<p>dilanjutkan oleh atlet selanjutnya</p> <p>g) Repetisi 3 Set 2</p> <p>h) Intensitas 60 – 70%</p>					
--	--	--	--	--	--	--

No	Aspek	Skor Penilaian				Saran dan Perbaikan
		1	2	3	4	
	Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis Media Audio Visual Untuk Atlet Pemula.					
3	<p>Passing atas dengan target</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tujuan : Melatih otot tangan atlet dalam mengumpan 2. Fasilitas / Alat : <ol style="list-style-type: none"> a. Lapangan Voli b. Bola voli c. Lakban hitam d. Stopwatch  <ol style="list-style-type: none"> 3. Cara Pelaksanaan : <ol style="list-style-type: none"> a) Atlet berdiri didepan tembok yang sudah diberi beberapa target b) Atlet melakukan gerakan passing bola 					

	<p>atas ke tembok yang diberi target dengan lakban hitam</p> <p>c) Setelah melakukannya atlet berpindah kebarisan belakang dengan berlari lalu dilanjutkan oleh atlet selanjutnya untuk melakukan hal yang sama</p> <p>d) Repetisi 1 menit Set 2</p> <p>e) Intensitas 70– 80%</p>				
--	---	--	--	--	--

No	Aspek	Skor Penilaian				Saran dan Perbaikan
		1	2	3	4	
	Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis Media Audio Visual Untuk Atlet Pemula					
4	<p>Lari passing atas dari ujung tiang net</p> <p>1. Tujuan : Melatih koordinasi mata dan tangan atlet saat mengumpan bola voli</p> <p>2. Fasilitas / Alat :</p> <p>a. Lapangan Bola Voli</p> <p>b. Bola voli</p> <p>c. Net</p> <p>d. Stopwatch</p>  <p>3. Cara Pelaksanaan :</p> <p>a) Atlet dibagi menjadi 2 kelompok</p> <p>b) Bola berjumlah 1</p> <p>c) Tiang 1 dan 2 berjarak 8 meter dengan tinggi 2 meter</p> <p>d) Atlet 1 dan 2 berada di sebelah tiang</p>					


	<p>net lalu berlari ke arah bola yang berada di tengah lapangan</p> <p>e) Atlet yang mengambil bola pertama kali harus mengumpan setinggi – tingginya</p> <p>f) Atlet 2 yang menunggu bola melakukan hal yang sama ketika bola sudah sudah sampai ke dirinya</p> <p>g) Atlet selanjutnya melakukan hal yang sama seperti atlet sebelumnya</p> <p>h) Latihan ditentukan dengan waktu</p> <p>i) Atlet yang menjatuhkan bola akan mendapatkan hukuman</p> <p>j) Repetisi 30 detik Set 2</p> <p>k) Intensitas 60 – 70%</p>					
--	--	--	--	--	--	--

No	Aspek	Skor Penilaian				Saran dan Perbaikan
		1	2	3	4	
	Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis Media Audio Visual Untuk Atlet Pemula					
5	<p>Passing over aiming cone</p> <p>1. Tujuan : Melatih menerima umpan passing atas dan mampu mengembalikan dengan baik</p> <p>2. Fasilitas / Alat :</p> <p>a. Lapangan Voli</p> <p>b. Bola voli</p> <p>c. Cones</p>					




3. Cara Pelaksanaan :


- a) Atlet dibagi menjadi 1 kelompok
- b) Cones berjumlah 4
- c) 1 bola voli dan net
- d) Atlet berada di tengah lapangan yang sudah diberi cones di setiap bawah net
- e) Atlet melakukan passing atas untuk mengenai cones yang berada dibawah net
- f) Bola yang di umpan harus mengenai cones yang berada di bawah net
- g) Atlet selanjutnya melakukan hal yang sama seperti atlet sebelumnya
- h) latihan ditentukan dengan seberapa banyak cones yang terkena bola
- i) atlet yang kalah akan menerima hukuman push up sebanyak 5 kali
- j) Repetisi 3 Set 2
- k) Intensitas 60 – 70%

No	Aspek	Skor				Saran dan Perbaikan
		Penilaian				
	Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis Media Audio Visual Untuk Atlet Pemula	1	2	3	4	
6	<p>Squat walk top pass</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tujuan : Melatih kekuatan kaki 2. Fasilitas / Alat : <ol style="list-style-type: none"> a) Lapangan Voli b) Cones c) Bola voli  <ol style="list-style-type: none"> 3. Cara Pelaksanaan : <ol style="list-style-type: none"> a) Atlet berbaris satu barisan kesamping b) Cones berjumlah 2 berjarak 2 meter c) Setiap atlet memegang bola dalam keadaan jongkok d) Setelah itu atlet melakukan passing atas 3 kali dalam keadaan jongkok e) Lalu setelah itu atlet berjalan jongkok sembari melakukan passing atas berjarak 2 meter f) latihan ditentukan dengan waktu yang tercepat sampai garis finish 					


	<p>g) atlet yang kalah akan menerima hukuman push up sebanyak 5 kali</p> <p>h) Repetisi 3 Set 2</p> <p>i) Intensitas 60 – 70%</p>				
--	---	--	--	--	--

No	Aspek	Skor Penilaian				Saran dan Perbaikan
		1	2	3	4	
	<p>Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis Media Audio Visual Untuk Atlet Pemula</p>					
7	<p>Random top pass</p> <p>1. Tujuan : Melatih sentuhan atlet ke bola voli</p> <p>2. Fasilitas / Alat :</p> <p>a) Lapangan Voli</p> <p>b) Bola voli</p>  <p>c) Cara Pelaksanaan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Atlet terdiri dari 2 orang 2. Atlet 1 mengumpan bola secara acak kepada atlet 2 3. Atlet 2 yang harus bisa menerima bola yang di umpan secara acak 4. Latihan dilakukan seberapa banyak setiap atlet melakukan umpan 5. kelompok yang kalah akan menerima 					


	<p>hukuman push up sebanyak 5 kali</p> <p>6. Repetisi 3 Set 2</p> <p>7. Intensitas 60 – 70%</p>				
--	---	--	--	--	--

No	Aspek	Skor Penilaian				Saran dan Perbaikan
		1	2	3	4	
	<p>Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis Media Audio Visual Untuk Atlet Pemula</p>					
8	<p>Run top pass</p> <p>1. Tujuan : Melatih ketepatan seorang atlet dalam mengumpan dari belakang</p> <p>2. Fasilitas / Alat :</p> <p>a) Lapangan Voli</p> <p>b) Tangga Kelincahan</p>  <p>3. Cara Pelaksanaan :</p> <p>a) Atlet dibagi menjadi 2 kelompok</p> <p>b) 1 tangga Kelincahan</p> <p>c) Atlet 1 berlari kecil diatas tangga kelincahan menuju atlet 2</p> <p>d) Atlet 2 yang memegang bola mengumpan bola kepada atlet 1 yang sedang berlari</p> <p>e) latihan ditentukan dengan seberapa banyak atlet tersebut mengumpan bola</p> <p>f) kelompok yang kalah akan menerima</p>					

	<p>hukuman push up sebanyak 5 kali</p> <p>g) Repetisi 3 Set 2</p> <p>h) Intensitas 60 – 70%</p>				
--	---	--	--	--	--

No	Aspek	Skor Penilaian				Saran dan Perbaikan
		1	2	3	4	
	<p>Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis Media Audio Visual Untuk Atlet Pemula</p>					
9	<p>Fast Backward Pass</p> <p>1. Tujuan : Melatih kekuatan tangan dan ketepatan atlet dalam mengumpan</p> <p>2. Fasilitas / Alat :</p> <p>a) Lapangan Voli</p> <p>b) Bola voli</p> <p>c) Cones</p>  <p>3. Cara Pelaksanaan :</p> <p>a. Atlet berbaris menghadap tembok</p> <p>b. Cones berjumlah 5</p> <p>c. Atlet berdiri didepan tembok lalu melakukan passing atas yang diarah ke tembok</p> <p>d. Setiap bola memantul kembali ke atlet, atlet mundur perlahan sejajar dengan cones yang sudah diberi jarak 1 meter</p>					

	<p>sampai bola terjatuh lalu bergantian</p> <p>e. latihan ditentukan dengan seberapa jauh atlet melempar bola</p> <p>f. atlet kalah akan menerima hukuman push up sebanyak 5 kali</p> <p>g. Repetisi 3 Set 2</p> <p>h. Intensitas 60 – 70%</p>				
--	--	--	--	--	--

No	Aspek	Skor Penilaian				Saran dan Perbaikan
		1	2	3	4	
	<p>Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis Media Audio Visual Untuk Atlet Pemula</p>					
10	<p>Top pass friend</p> <p>1. Tujuan : Melatih otot tangan dan ketepatan atlet dalam melakukan passing atas</p> <p>2. Fasilitas / Alat :</p> <p>a) Lapangan Voli</p> <p>b) Bola Voli</p> <p>c) Net</p>  <p>3. Cara Pelaksanaan :</p> <p>a) Atlet dibagi menjadi 2 kelompok</p> <p>b) 1 bola voli</p>					

	<p>c) Atlet 1 melakukan servis bawah menuju ke arah lawan</p> <p>d) Atlet 2 yang berada di sebrang menerima bola lalu mengembalikan ke pada atlet 2</p> <p>e) Atlet 2 yang menerima bola mengumpan ke cones yang sudah diataur</p> <p>f) latihan ditentukan dengan seberapa banyak atlet bisa mengumpan</p> <p>g) kelompok yang kalah akan menerima hukuman push up sebanyak 5 kali</p> <p>h) Repetisi 5 Set 2</p> <p>i. Intensitas 60 – 70%</p>					
--	--	--	--	--	--	--

Keterangan:

A. Isilah dengan memberikan ceklis (√) pada kolom skor penilaian

B. Keterangan Penilaian

1. Skor (1) = Tidak Layak
2. Skor (2) = Kurang Layak
3. Skor (3) = Cukup Layak
4. Skor (4) = Layak

C. J = Jumlah

JSM = Jumlah Skor Maksimal

TPK = Total Persentase Keberhasilan

E. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian dan pengembangan ini, data yang diperoleh dalam kegiatan uji coba diklasifikasikan menjadi dua yaitu data kualitatif

dan kuantitatif. Untuk menganalisis data kualitatif dan kuantitatif diperoleh dari hasil penyebaran lampiran instrumen kuesioner atau angket mengenai pengembangan model latihan *Passing* kombinasi.

Rumus yang digunakan untuk menganalisis data kuantitatif dari tanggapan ahli materi menggunakan rumus perhitungan kelayakan menurut Sugiyono (2019:412) adalah sebagai berikut:

$$\text{Rumus Kelayakan} = \frac{SH}{SK}$$

Keterangan:

SH : Skor Hitung

SK : Skor kriteria

Hasil perhitungan data selanjutnya dibuat dalam bentuk persentase dengan dikalikan 100%. Setelah diperoleh dengan rumus tersebut, selanjutnya untuk menentukan kesimpulan uji kelayakan model latihan dalam penelitian pengembangan ini digolongkan ada empat kategori kelayakan dalam menggunakan skala persentase berikut:

Tabel 3. 2 Kategori Kelayakan dalam Skala Persentase

Skor dalam Persentase	Kategori Kelayakan
0 - 40%	Tidak Baik/Tidak Layak
41% - 55%	Kurang Baik/Kurang Layak
56% - 65%	Cukup Baik/Cukup Layak
66% - 80%	Baik/Layak

81% - 100%	Sangat Layak
------------	--------------

Sumber : Nurhasanah (2017:44)

$$\text{Rata-rata penilaian} = \frac{X1+X2+X3}{n}$$

Keterangan : n

X1 = Hasil Nilai Persentase Data 1

X2 = Hasil Nilai Persentase Data 2

X3 = Hasil Nilai Persentase Data 3

N = Jumlah Data