

Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Jambi  
2018

# Panduan Penulisan Skripsi

Boy Indrayana, S.Pd., M.Pd  
Dr. Drs. Sukendro, M.Kes., AIFO  
Dr. Atri Widyowati, S.Pd., M.Or



Kuantitatif & Kualitatif



Tindakan Kelas



Penelitian Pengembangan

**PANDUAN PENULISAN SKRIPSI  
PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA**

**Penulis**

**Boy Indrayana, S.Pd., M.Pd  
Dr. Drs. Sukendro, M.Kes., AIFO  
Dr. Atri Widyowati, S.Pd., M.Or**

**Desain**

**Ferdiaz Saudagar, S.Pd., M.Pd**

**Editor**

**Akhmad Habibi, S.Pd., M.Pd**

**Perpustakaan Nasional Katalog Dalam Terbitan**

**ISBN: 978-025-1216-2-3**

**Cetakan 1, Maret 2018**

**Penerbit**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS JAMBI  
Jalan Raya Jambi Ma. Bulian Km 15 Mendalo Indah, Kode**

**Pos 36361. Jambi. Indonesia**

**TIM PENYUSUN**

Penanggung Jawab : Dr. Drs. H. Sukendro, M.Kes., AIFO / Dekan FIK

Pengarah : Dr. Atri Widyowati, S.Pd., M.Or / WD I BAKSI

Ketua : Boy Indrayana, S.Pd., M.Pd / WD II BUPK  
Sekertaris : Rasyono, S.Pd., M.Pd / WD III FIK

Tim Penyusun : 1. Hendri Munar, S.Pd., M.Pd / Prodi PORKES  
2. Adhe Saputra, S.Pd., M.Pd / Prodi Kepelatihan  
3. Ade Setiowati, S.Pd., M.Pd

Desain : Ferdiaz Saudagar., S.Pd., M.Pd

Editing Akhmad Habibi., S.Pd., M.Pd

Jambi, 01 Januari 2018  
Diketahui,  
Dekan FIK UNJA

Dr. Drs. H. Sukendro, M.Kes., AIFO  
NIP. 1965 0914 199203 1 001

## KATA PENGANTAR

Buku ini merupakan pedoman penulisan skripsi di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Jambi. Buku ini disusun untuk memberikan rambu-rambu secara lengkap dan utuh kepada dosen, pembimbing serta mahasiswa tentang sistematika penulisan skripsi untuk penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Penelitian Tindakan Kelas pada Pendidikan Jasmani dan Kepelatihan Olahraga (*Classroom Action Research*), dan Penelitian Pengembangan (*Research and Development*), serta Format dan lampiran skripsi, format penilaian ujian skripsi yang berlaku di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Jambi, juga termuat dalam buku ini.

Dengan diterbitkannya buku pedoman ini diharapkan proses penulisan skripsi dapat mencapai hasil yang optimal, baik dari segi waktu penyelesaian penulisan skripsi maupun dari segi kualitas skripsi yang dihasilkan.

Buku Pedoman ini memiliki landasan hukum, yang wajib ditaati oleh sivitas Fakultas Ilmu Keolahragaan, sehingga merupakan kewajiban sivitas untuk melaksanakan ketentuan-ketentuan yang terlingkup dalam buku pedoman ini, agar penyelenggaraan perkuliahan pada Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (PORKES) dan Program Studi Kepelatihan Olahraga (KEPEL) di lingkungan Universitas Jambi menjadi lebih berkualitas.

Kami mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah terlibat dalam penyusunan buku pedoman ini, terutama kepada Dekan, Wakil Dekan I, Wakil Dekan II, dan Wakil Dekan III sebagai Tim Perumus, Ketua-Ketua Program Studi dan pada Ikatan Forum Dosen Muda serta karyawan administrasi yang telah berusaha keras menyusun dan menerbitkan buku Pedoman Penulisan Sekerripsi.

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Jambi senantiasa berusaha memberikan pelayanan yang terbaik dan semoga buku ini bermanfaat.

Jambi, 11 Januari 2018  
Diketahui,  
Dekan FIK UNJA

Dr. Drs. H. Sukendro, M.Kes.,. AIFO  
NIP. 1965 0914 199203 1 001

## DAFTAR ISI

Kata Pengantar .....	iii
Daftar Isi.....	iv
A. BAB I Pendahuluan .....	1
B. BAB II Persyaratan dan Prosedur Penulisan .....	4
C. BAB III Teknik Penulisan Skripsi.....	9
D. BAB IV Paradikma Penelitian .....	20
1. Penelitian Kuantitatif .....	21
2. Penelitian Kualitatif .....	37
3. Penelitian gabungan .....	47
4. Penelitian Tinadakan Kelas .....	48
5. Penelitian Pengemangan .....	74
E. LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	82

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Penyelesaian studi adalah suatu aktifitas akademis di akhir masa studi yang harus ditempuh oleh setiap mahasiswa untuk dapat dinyatakan lulus dalam jenjang tertentu. Aktivitas ini merupakan muara dari seluruh aktivitas akademis sebelumnya yang akan menunjukkan tingkat penguasaan kompetensi yang harus dimiliki pada jenjang yang bersangkutan. Terdapat tiga jalur penyelesaian studi yang dapat dipilih oleh mahasiswa, yaitu jalur skripsi, jalur komprehensif dan jalur karya inovatif. Jalur skripsi adalah satu jalur penyelesaian studi yang menuntut mahasiswa menyusun suatu karya ilmiah berdasarkan hasil penelitian ilmiah yang dilakukan untuk memecahkan suatu permasalahan secara ilmiah.

Mahasiswa yang akan menyelesaikan studi, dihadapkan pada pilihan jalur penyelesaian studi mana yang dianggap paling sesuai dengan kemampuannya. Banyak hal yang dijadikan pertimbangan untuk menentukan pilihan, mulai dari waktu penyelesaian, biaya yang harus dikeluarkan sampai pada manfaat yang dapat diperoleh dari setiap pilihan itu. Bagi mahasiswa yang akan menyelesaikan studinya melalui jalur skripsi, terdapat banyak jenis penelitian yang dapat digunakan untuk menyelesaikan skripsinya, mulai dari penelitian kuantitatif, kualitatif, evaluative, pengembangan maupun *action research*. Masing-masing jenis penelitian memiliki karakteristik yang berbeda yang penggunaannya sangat bergantung pada jenis permasalahan yang akan diteliti.

Dengan banyaknya jenis penelitian dengan beragam karakter tersebut, tidak jarang pada saat proses bimbingan dan penelitian bahkan pada saat ujian, terjadi perbedaan pendapat antar pembimbing atau antara pembimbing dengan penguji, baik menyangkut masalah teknis penulisan maupun masalah substansi dan metodologi penelitian. Perbedaan ini biasanya berakibat pada terhambatnya mahasiswa dalam

menyelesaikan skripsinya dan pada akhirnya tidak dapat menyelesaikan studinya sesuai rencana. Berdasarkan pengalaman tersebut, maka dipandang perlu membuat sebuah pedoman yang dapat dijadikan acuan oleh semua pihak tentang berbagai hal yang berkaitan dengan proses penyelesaian studi mahasiswa melalui jalur skripsi/komprehensif/karya inovatif. Pedoman penulisan ini disusun berdasarkan referensi-referensi yang selama ini dijadikan acuan dikalangan perguruan tinggi baik di dalam negeri maupun di luar negeri serta berdasarkan jurnal nasional maupun internasional.

Buku pedoman penulisan skripsi ini merupakan revisi dari buku pedoman sebelumnya yang diasumsi dari beberapa panduan penulisan yang dipakai di beberapa perguruan tinggi yang ada di Indonesia. Buku ini disusun dengan tujuan untuk memudahkan mahasiswa dalam menulis skripsi. Isi buku pedoman ini membahas tentang: sistematika penulisan, teknik penulisan dan etika penelitian, serta dilengkapi dengan lampiran-lampiran yang berisi format-format penulisan yang berlaku pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Jambi.

## **B. Pengertian Skripsi**

Skripsi merupakan tugas akhir mahasiswa sebagai persyaratan wajib untuk memperoleh gelar sarjana di Universitas Jambi. Skripsi adalah tulisan ilmiah yang disusun dengan seksama oleh mahasiswa program sarjana (S1) sebagai hasil penelitian yang berkaitan dengan masalah kependidikan atau bidang ilmu yang relevan dengan program studi masing-masing, yang telah diujikan dan direvisi sesuai dengan saran-saran yang diberikan pada saat ujian berlangsung.

Skripsi berupa paparan tulisan hasil penelitian yang membahas suatu masalah dalam bidang ilmu tertentu dengan menggunakan kaidah-kaidah ilmiah yang berlaku dalam suatu bidang ilmu tertentu. Penelitian adalah kegiatan yang terencana, terarah, sistematis dan terkendali dalam upaya



memperoleh data dan informasi dengan menggunakan metode ilmiah untuk menjawab pertanyaan atau menguji hipotesis dalam bidang ilmu tertentu.

### **C. Tujuan**

Penulisan skripsi bertujuan untuk melatih mahasiswa menggunakan metode ilmiah dalam mencari pemecahan alternatif tentang suatu masalah dan mengomunikasikannya secara tertulis dan lisan. Penelitian yang digunakan dalam penulisan skripsi merupakan bagian dari proses belajar yang mengantarkan mahasiswa memperoleh kemampuan dalam; a). Mengidentifikasi dan merumuskan masalah yang penting diteliti, b). Menganalisis data, c). Membahas temuan penelitian, d). Menarik kesimpulan, implikasi dan saran, serta menyajikannya dalam bentuk laporan penelitian (artikel ilmiah). Dalam konteks ini skripsi menstimulasi aktivitas belajar mahasiswa dalam melakukan penelitian ilmiah dengan bimbingan komisi Pembimbing.

Tujuan dari penyusunan buku pedoman ini adalah menyediakan suatu petunjuk bagi mahasiswa, pembimbing dan penguji dari segi mekanisme, sistematika dan teknik penulisan dalam rangka proses penyelesaian studi baik melalui jalur skripsi, komprehensif maupun karya inovatif.

## **BAB II**

### **PERSYARATAN DAN PROSEDUR SKRIPSI**

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Jambi mewajibkan mahasiswa menulis skripsi sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan olahraga dan kepelatihan. Masalah dan metode penelitian yang dipilih sebagai kajian skripsi ditentukan oleh mahasiswa sesuai dengan minat dan masalah yang ditemui, tetapi ruang lingkup kajian harus sesuai dengan program studi. Mahasiswa diberikan kebebasan dalam menentukan metode penelitian yang digunakan dalam penelitian yang digunakan dalam penelitian. Oleh karena itu, buku panduan ini dikemukakan rambu-rambu penulisan dengan berbagai metode penelitian yang dapat dijadikan acuan mahasiswa untuk melakukan penelitian, selain itu rambu-rambu tersebut dapat dijadikan acuan bagi pembimbing dalam mendampingi mahasiswa menyusun skripsi.

#### **A. Persyaratan Mahasiswa**

Syarat mahasiswa yang dapat mengajukan usulan skripsi adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa yang bersangkutan telah lulus mata kuliah sekurang-kurangnya 80% dari jumlah mata kuliah yang ditentukan untuk menyelesaikan program sarjana dan wajib lulus semua mata kuliah (100% dari mata kuliah yang telah ditentukan) sebagai syarat untuk melakukan ujian skripsi
2. Telah menyelesaikan beban studi minimal 120 SKS.
3. Memiliki IPK minimal 2.75
4. Telah Lulus mata kuliah Metode Penelitian dan Statistika dengan nilai minimal masing-masing adalah C

#### **B. Dosen Pembimbing**

Pembimbing skripsi adalah orang yang ditunjuk dan ditugasi untuk membimbing mahasiswa dalam menyusun skripsi, mulai dari merancang, melaksanakan sampai menyusun laporan hasil penelitian. Penunjukan dan penugasan dosen untuk menjadi pembimbing skripsi berdasarkan persyaratan sebagai berikut :

1. Dosen pembimbing skripsi sebanyak 2 (dua) orang, terdiri atas pembimbing materi dan pembimbing metodologi.
2. Dosen tetap, tidak tetap dan/atau pakar yang memiliki kompetensi yang relevan dengan masalah yang diteliti/ditulis mahasiswa.
3. Dosen pembimbing dengan kualifikasi S-2 dan S-3.
4. Memiliki kompetensi dalam teknik penulisan skripsi, metodologi penelitian, dan/atau substansi keilmuan yang relevan dengan masalah yang diteliti mahasiswa.

### **C. Prosedur Penulisan Skripsi**

#### **1. Pengajuan Judul Skripsi**

Sebelum melakukan penulisan skripsi, mahasiswa mengajukan tiga judul skripsi yang dilengkapi dengan latar belakang, rumusan masalah penelitian yang disertai dengan hasil penelitian yang relevan (jurnal resmi yang memiliki hubungan dengan variabel yang hendak diteliti) kepada tim koordinator skripsi kemudian dilanjutkan dengan persetujuan melalui ketua program studi.

#### **2. Persetujuan Judul Skripsi**

Mahasiswa berkonsultasi dengan dosen pembimbing akademik dan tim koordinator skripsi untuk mendapatkan persetujuan judul skripsi. Judul skripsi disesuaikan dengan tujuan Fakultas dan Program Studi serta harus orisinal, belum pernah diteliti sebelumnya, kecuali ada alasan yang kuat menurut norma keilmuan. Mahasiswa melaporkan hasil konsultasi kepada ketua program studi.

#### **3. Pengajuan Pembimbing Skripsi**

Adapun langkah-langkah yang harus dilakukan mahasiswa dalam pengajuan judul skripsi dan penentuan pembimbing skripsi

- a. Mahasiswa menyerahkan format 1 (usul judul skripsi dan dosen pembimbing) yang sudah ditandatangani ketua program studi.
- b. Mahasiswa mengambil SK pengesahan judul skripsi dan dosen pembimbing skripsi dari petugas administrasi

jurusan, menyerahkan SK judul skripsi dan pembimbing skripsi kepada dosen pembimbing 1 dan 2.

#### **4. Seminar Proposal**

- a. Mahasiswa mendaftar seminar proposal skripsi kepada Ketua Program studi setelah proposal disetujui oleh pembimbing.
- b. Ketua program studi menentukan dosen pengkaji sebanyak 2 (dua) orang dan menyusun jadwal seminar proposal skripsi.
- c. Melaksanakan seminar proposal yang dihadiri oleh mahasiswa yang akan memaparkan proposalnya, dosen pembimbing dan dosen penguji.
- d. Dosen pembimbing dan dosen penguji memutuskan proposal yang disetujui untuk dapat dilanjutkan atau diganti dengan proposal yang baru dalam kegiatan pelaksanaan penelitian.
- e. Mahasiswa wajib mengikuti seminar-seminar yang ada minimal 8 kali, ditunjukkan dengan buku kontrol seminar dan konsultasi bimbingan skripsi.

#### **5. Ujian Skripsi**

##### **a. Persyaratan Mengikuti Ujian Skripsi**

- Terdaftar sebagai mahasiswa UNJA pada semester tersebut.
- Telah lulus mata kuliah, minimal 140 SKS dan atau sesuai kontrak dibuktikan dengan pra-transkrip yang telah ditandatangani oleh Ketua Program Studi dan Penasehat Akademik (PA)
- Menyerahkan jadwal konsultasi (buku kontrol bimbingan skripsi) yang telah ditandatangani PA kepada Ketua Program Studi.
- Menyerahkan minimal 80% kompilasi kutipan dari rujukan yang dipakai pada daftar pustaka.

##### **b. Alur Ujian Skripsi**

Ujian skripsi dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang ditetapkan oleh fakultas untuk setiap semester. Untuk dapat mengikuti ujian, mahasiswa harus mengikuti alur berikut:

- Mahasiswa mendaftar ujian skripsi kepada Ketua program studi setelah skripsi disetujui oleh pembimbing.
- Ketua program studi menentukan dosen penguji dan menyusun jadwal ujian, kemudian mahasiswa mendistribusikan jadwal dan skripsi tersebut kepada dewan penguji sebanyak 5 orang yang terdiri dari 1 orang ketua (ketua program studi), 2 orang dosen pembimbing, 1 orang sekretaris dan 1 orang penguji ahli.
- Pelaksanaan ujian skripsi dipimpin oleh ketua penguji dan dihadiri oleh dosen pembimbing dan anggota penguji.
- Sekretaris merangkum nilai kemudian ketua penguji mengumumkan hasil keputusan ujian skripsi dan menyerahkan skripsi yang harus diperbaiki oleh mahasiswa.
- Perbaikan skripsi dilaksanakan oleh mahasiswa dan dikonsultasikan kepada dewan penguji.
- Mahasiswa menyerahkan perbaikan skripsi yang telah disetujui oleh dewan penguji kepada Ketua program studi dalam jangka waktu maksimal 1 Bulan setelah tanggal ujian.
- Mahasiswa menyerahkan penggandaan skripsi sebanyak 5 eksemplar berupa hardcopy untuk perpustakaan pusat, fakultas, jurusan dan dosen pembimbing. Selain itu mahasiswa juga harus menyerahkan 2 softcopy dalam bentuk CD yang berisi laporan skripsi dan artikel untuk fakultas dan program studi.

### **C. Tata tertib dalam pelaksanaan ujian skripsi**

- Mahasiswa peserta ujian mengenakan pakaian yang rapih dan sopan (Putra mengenakan baju putih dan berdasi, celana panjang warna hitam dan mengenakan jaket almamater; Putri mengenakan baju putih, rok panjang berwarna hitam dan mengenakan jaket almamater).

- Ujian dipimpin oleh Ketua Penguji.
- Ujian dimulai dengan presentasi hasil penelitian mahasiswa selama 15 menit.
- Setiap penguji mengajukan pertanyaan dan/atau sanggahan dan/atau saran perbaikan, masing-masing paling lama 15 menit.
- Apabila penguji memberikan saran perbaikan pada naskah skripsi dan atau lembar saran maka mahasiswa wajib memperbaiki sesuai dengan saran tersebut.
- Ujian Skripsi bersifat tertutup.

## BAB III TEKNIK PENULISAN SKRIPSI

### A. Bahan dan Teknik Penulisan

Uraian sistematika penulisan skripsi dapat diuraikan berdasarkan tiga komponen utama yaitu;

- Kertas yang digunakan untuk menulis skripsi adalah kertas HVS 70 gram berukuran A4 (21,0 cm x 29,7 cm)
- Sampul luar skripsi untuk keperluan ujian mempertahankan skripsi tersebut dari kertas jeruk putih keabu-abuan, sedangkan sampul luar untuk skripsi yang telah direvisi dari hasil ujian tersebut dari karton *Biffalo* atau *linen* berwarna putih keabu-abuan yang dijilid dalam bentuk *Hard Cover*.
- Pembatas antara bab yang satu dengan bab lainnya diberikan pembatas kertas *doorslag* warna putih keabu-abuan yang didalamnya memuat logo FIK UNJA

### B. Jenis Huruf

- Guna untuk keseragaman maka font huruf yang dipergunakan adalah ***Times New Roman 12*** pada program ***MS Word***, kecuali judul bab digunakan ukuran font 14
- Huruf tebal digunakan untuk judul bab, sub bab, tabel, gambar dan lampiran
- Huruf miring dapat digunakan untuk tujuan tertentu, misalnya istilah/kata dalam bahasa asing, atau kata yang ingin ditekankan.

### C. Format dan Tata Letak Tulisan

- Pengaturan kertas meliputi: margin kiri 4 cm dari tepi kiri kertas, margin kanan 3 cm dari tepi kanan kertas, margin ke atas 4 cm untuk halaman Bab baru dan 3 cm untuk halaman bukan Bab dari tepi atas kertas, dan margin bawah 3 cm dari tepi bawah kertas.
- Untuk penulisan, jarak antar baris adalah dua spasi. Pada daftar pustaka, jarak antar baris dalam satu pustaka adalah satu spasi, sedangkan jarak antar pustaka adalah dua spasi.

- Pengetikan alinea baru dimulai pada ketukan keenam dari margin kiri
- Nama bab diketik dengan huruf kapital dengan jarak 4 cm dari tepi atas kertas. Nomor urut bab ditulis dengan huruf romawi dan ditulis ditengah-tengah kertas diatas nama bab. Pengetikan nama subbab dan nomor subbab dimulai dari tepi kiri.
- Penulisan abstrak satu setengah spasi dan ketikkan kutipan yang lebih dari lima baris satu spasi

#### D. Penomoran Halaman

- **Halaman Judul**

Pada halaman judul skripsi merupakan halaman pertama pada skripsi (“i” / angka satu romawi kecil ), tetapi biasanya nomor halaman ini tidak dituliskan. Isi dari halaman ini adalah sama seperti halaman sampul.

- **Halaman Persetujuan**

Halaman persetujuan skripsi terdiri dari dua yaitu :

1. Lembar halaman persetujuan Skripsi yang ditandatangani oleh kedua pembimbing skripsi yang merupakan syarat untuk melakukan seminar proposal penelitian atau untuk melakukan ujian hasil penelitian. Halaman ini adalah “ii” tetapi tidak dituliskan, namun tetap diperhitungkan untuk halaman berikutnya.
2. Halaman persetujuan dan pengesahan oleh tim penguji. Pengesahan ini dapat ditandatangani apabila mahasiswa telah selesai melakukan perbaikan-perbaikan yang disarankan tim penguji pada saat ujian Sekripsi. Halaman ini adalah “iii”, tidak dituliskan namun juga tetap diperhitungkan untuk halaman berikutnya.

- **Halaman Abstrak**

Lembar pada halaman abstrak merupakan halaman angka Romawi berikutnya setelah lembar halaman persetujuan skripsi dan harus dituliskan. Dan dimulai



dengan menulis kata ABSTRAK pada bagian tengah atas halaman. Empat spasi di bawah kata Abstrak dan dimulai pada batas samping kiri ditulis nama mahasiswa dengan memakai huruf besar pada setiap awal kata (kecuali kata penghubung). Kemudian diantara dua kurung cantumkan nama-nama pembimbing dengan huruf besar semua dan tanpa memakai gelar akademik). Selanjutnya tulis kata Skripsi lalu titik dua (:) dan cantumkan FIK / KEPELATIHAN dan tahun pembuatan Skripsi, empat spasi dibawah baris tahun pembuatan Skripsi, kemudian intisari pokok masalah, metode penelitian yang dipakai, populasi dan teknik sampel, instrumen / tes yang dipergunakan, hasil penelitian taraf signifikansi yang dipakai,. Semua isi tersebut diketik dengan satu setengah spasi. Setiap alenia baru dimulai lima ketuk kedalam dari samping kiri batas pengetikkan. Halaman abstrak tidak boleh lebih dari dua halaman atau 250 kata.

- **Halaman Kata Pengantar**

Pada halaman kata penghantar memakai angka Romawi kecil yang disesuaikan setelah halaman abstrak. Isinya meliputi gambaran umum pelaksanaan kerja sampai selesai skripsi, ucapan terima kasih pada perorangan maupun lembaga yang langsung telah memberikan bantuan skripsi. Pada paragraph terakhir cantumkan suatu harapan tentang manfaat skripsi yang telah dibuat. Enam spasi di bawah kalimat terakhir di sebelah kanan bawah dituliskan Jambi, tanggal bulan dan tahun penulisan skripsi, empat spasi dibawahnya tuliskan nama mahasiswa dan digaris hawahi, dan dibawahnya dituliskan kata Penulis.

- **Halaman Daftar Isi**

Pada halaman daftar isi berisikan petunjuk tentang urutan bagian-bagian isi skripsi, sehingga memberikan gambaran menyeluruh tentang sistematika penulisan skripsi. Sebaiknya tidak lebih dari dua halaman.

- **Halaman Daftar Tabel**

Pada halaman daftar tabel berisikan judul-judul tabel yang dimuat pada setiap halaman skripsi. Halaman ini terdiri dari 3 kolom yaitu : 1) Nomor tabel, 2) judul tabel, dan 3) nomor halaman.

- **Halaman Daftar Gambar**

Sama halnya dengan halaman daftar tabel, halaman daftar gambar berisikan tentang judul gambar, grafik, peta, bagan, dan sebagainya. Pada halaman ini juga terdiri dari tiga kolom yaitu; 1) nomor gambar, 2) judul gambar dan, 3) nomor halaman.

- **Halaman Daftar Lampiran**

Sama halnya dengan halaman daftar tabel dan halaman daftar gambar memuat pendaftaran segala yang dilampirkan pada bagian akhir skripsi.

## **E. Teknik Kutipan**

Mengutip pendapat orang, pernyataan ataupun teori-teori yang ada maksudnya adalah untuk mempertegas ataupun membuktikan pendapat pengutipan secara benar. Konsekwensi dari hal tersebut, maka pengutip ikut bertanggung jawab atas kebenaran data ataupun informasi yang dikutipkannya dari orang lain tersebut. Oleh karna itu mengutip tidaklah asal kutip saja, melainkan harus betul-betul dipertimbangkan pemanfaatannya.

Dari berbagai literatur sangat banyak variasi yang dapat digunakan dalam mengutip pendapat-pendapat orang ataupun teori-teori kepustakaan. Namaun demi untuk keseragaman, FIK UNJA menentukan teknik pengutip sebagai berikut: bahwa kutipan dapat dibedakan menjadi dua bagian yaitu *kutipan langsung* dan *kutipan tidak langsung*. Kutipan langsung adalah kutipan yang persis sama dengan teks aslinya, sedangkan kutipan tidak langsung yaitu serapan isi dengan menggunakan cara dan gaya bahasa pengutip sendiri. Selengkapny dapat diikuti uraian berikut :

- Tentang Nama, Tahun dan Halaman ;

Pada prinsipnya struktur kutipan yang harus ditulis adalah ; *nama penulis, tahun terbitan buku* (publikasi, jurnal, disertasi, dll), halaman dan materi yang dikutip (baik kutipan langsung maupun kutipan tidak langsung). Materi yang dikutip dapat ditulis sesuai dengan susunan kalimatnya.

Misalnya :

1. Menurut pendapat Bompa bahwa : “ ..... “ (1990: 145) atau
2. Bompa (1990: 145) mengemukakan bahwa “ .....” .

Nama penulis yang dikutip adalah bagian nama keluarga. Sebagai pedoman umum, bahwa orang Amerika dan Eropa menempatkan nama keluarga pada bagian belakang nama penulis, misal *Tudor O. Bompa* (Bompa dalam hal ini diyakini adalah nama keluarga), maka nama yang dicantumkan dalam pengutipan adalah *Bompa*. Apabila ada nama yang terdiri dua suku kata (misalnya *boy indrayana*), dimana bagian akhir dari nama tersebut merupakan apakah nama keluarga atau bukan, maka dianjurkan untuk mencantumkan nama penulis tersebut secara lengkap.

Sehubungan dengan cara-cara mencantumkan nama, tahun dan halaman, maka dapat dipedomani hal-hal sebagai berikut:

1. Jika seorang penulis menulis dua judul buku pada tahun yang sama ; dan kedua buku tersebut dikutip sebagai referensi, maka masing-masing judul diberi tanda *a* atau *b*. misalnya : *fox (1988 a:243) atau (fox, 1988 a:243) dan fo, (1988 b:43) atau (fox, 1988 b:43)*.
2. Jika dua orang penulis bernama sama dan masing-masing menerbitkan satu buku pada tahun yang sama, maka singkatan nama yang bukan nama keluarga dapat membedakannya. Misalnya : *F.I.Katch (1986:182) atau (F.I.Katch, 1986:182), dan V.L.Katch (1986:88) atau (V.L.Katch, 1986:198)*.

3. Jika dua penulis bernama keluarga sama, dan bersama pula dalam menulis sebuah buku, maka kedua nama keluarga tersebut dituliskan secara bersama pula. Misalnya :*Katch and Katch (1986:365) atau (Katch&Katch, 1986:65).*
4. Jika tiga penulis (nama keluarga berbeda) secara bersama menulis satu buku, maka pada penyajian kutipan pertama ke tiga nama tersebut harus dicantumkan. Misalnya :*Scott, Nisonson, Nicholas (1984:356) atau (Scott, Nisonson, Nicholas, 1984:356).* Tetapi pada kutipan selanjutnya (pada judul bersangkutan) dapat digunakan dengan singkatan *et al (et allie)* untuk penulis asing dan *dkk (dan kawan-kawan)* untuk penulis Indonesia, setelah namakeluarga pertama dicantumkan. Misalnya :*scott,et al (1984:356) atau (Scott, et al, 1984:356).*
5. Jika penulis lebih dari tiga orang maka dapat menggunakan singkatan *et al dan dkk* seperti pada contoh butir empat.
6. Jika mengutip pendapat yang tidak jelas nama penulisnya, tetapi hanya mencantumkan nama lembaga yang mempublikasikan tulisan tersebut, penulis pengutipannya adalah :*PASI (1993:78) atau (PASI, 1993:78).*
7. Jika mengutip pendapat yang telah dikutip terlebih dahulu oleh pengutip lain (tidak menemukan sumber asalnya), caranya adalah: *menurut Anang Nostakos dalam (Hasibuan, 1999: 25).....* sebenarnya cara ini tidak diperbolehkan, jika sangat terpaksa disebabkan karena malas mencari buku aslinya, lebih baik dikutip tanggapan dari pengutip yang terdahulu. (ini dalam sebelum kutipan) / (sesudah)

#### **F. PENYAJIAN DAFTAR PUSTAKA/KEPUSTAKAAN**

Usur yang harus ditulis dalam penulisan daftar pustaka antar lain *nama penulis, tahun penerbit, judul pustaka, tempat penerbit, nama penerbit, tahun terbit, jumlah edisi, jumlah jilid, dll.*

Seperti yang diketahui sangat banyak yang dapat dijadikan sebagai daftar pustaka seperti buku majalah, jurnal, dokumen Negara, laporan kedinasan, disertasi, tesis, dll. Masing-masing sumber tersebut sangat menuntut kelengkapan unsur-unsur pada penyajiannya. Untuk keperluan tersebut dapat diperhatikan hal-hal sebagai berikut:

1. Jika referensi diambil dari buku; penyajiannya dapat dibedakan menurut jumlah pengarangnya, jumlah jilidnya, jumlah edisinya, terjemahan, dll.
  - a. Cantumkan nama keluarga lebih dahulu, dan di ikuti dengan nama kecil (nama kecil dianjurkan dengan menulis huruf awal saja).
  - b. Tanda baca yang digunakan ; koma (,) dibuat setelah nama keluarga lalu di ikuti nama kecil yang tidak disingkat jika jika nama kecil disingkat, maka setelah penulisan nama keluarga langsung diikuti dengan nama keluarga.
  - c. Tahun terbit diikuti setelah pencantuman nama pengarang.
  - d. Judul buku dicetak miring (italic).
  - e. Nama penerbit merupakan satu rangkaian, maka setelah mencantumkan penerbit lalu beri tanda koma (,) dan diikuti dengan kota penerbit,

Contoh :

Hamalik, Oemar. 2008. *Dasar-Dasar Pengembangan Kurikulum Penjas*. PT. Remaja Rosdakarya. Bandung

2. Jika buku dengan dua atau tiga pengarang: ketentuannya adalah sebagai berikut:
  - a. Jika dua ataupun tiga pengarang, haya pengarang pertama yang nama keluarga ditulis terlebih dahulu, sementara nama pengarang kedua dan ketiga dimulai dengan nama kecilnya (tidak dibalik).
  - b. Penulis nama harus sama dengan susunan yang ada pada buku yang dikutip.

c. ketentuan lain sama dengan ketentuan terhadap penulisan dengan satu nama pengarang. Untuk lebih jelasnya dapat diperhatikan contoh berikut:

\* Dua pengarang

Husdarta, J.S. dan Saputra, M. Yudha. 2010. *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Penerbit Dewa Ruchi. Bandung

\* Tiga Pengarang:

Scott N.W.,B. Nisonson, and J.A. Nicholas. (1984)*principles of sport medicine*. Baltimore, Williams &wilkins.

\* Lebih dari tiga pengarang, ketentuannya adalah hanya nama penulis pertama saja yang mencantumkan nama keluarga didepan. Nama-nama pengarangnya diganti dengan singkatan *et al* (asing) dan dkk (Indonesia)

Contoh:

Campbell j.p, et al. (1980) *managerial behavior, performanc and effectiveness*. New york, mc graw hill coy.

3. Jika buku terdiri dari beberapa edisi ataupun jilid Ketentuannya adalah :

- a. Setelah penulisan judul buku, maka haruslah dicantumkan edisi dan cetakan keberapa buku tersebut (*ed* untuk bahasa Inggris dan cet bahasa (Indonesia).
- b. ketentuan lain sama dengan uraian terdahulu.

Contoh:

Cratty J.B (1989). *Psychology in contemporary sport*. Third ed. New jersey , prentice hall Englewood clifis.

4. jika buku yang dikutip merupakan terjemahan atau saduran; ketentuannya seagai berikut :

- a. nama yang dicantumkan adalah nama pengarang aslinya, menurut ketentuan yang berlaku.
- b. judul terdahulu adalah judul terjemahannya, dan diikuti judul aslinya.
- c. tahun terbitnya adalah tahun terjemahan.
- d. sebelum nama penterjemah harus dicantumkan kata alih bahasa (dicetak miring)

Contoh :

Janssen M.J.G.P (1993) *latihan laktat-denyut nadi. (training lactate-pulse rate)*. Alih bahasa. Peni K.S. mutalib (ed). Jakarta, PT. pustaka utama graffiti.

5. jika referensi diambil dari artikel-artikel ; jika referensi dikutip dari artikel-artikel seperti buku suntingan (antologi) , majalah (jurnal,review,buletin,dan majalah umum), *proceeding* (kumpulan makalah dalam seminar, *symposium*, dan konferensi), atau bisa juga dari surat kabar, maka ketentuan teknik penulisannya adalah sebagai berikut :
- a. jika artikel dari buku suntingan :
- Nama pengarang adalah nama pengarang tersebut
  - Tahun terbit adalah tahun terbit buku .
  - Judul artikel ditulis diantara tanda kutip (tidak cetak miring), diikuti judul buku yang dicetak miring dan tebal.
  - Nama editor didahului kata ed. Ditulis sesuai dengan ketentuan yangtelah dibahas diatas.

Contoh:

Walujo, Soerjobroto. (1984). "*Persiapan Gizi Menjelang Pertandingan Kesehatan Olahraga*".Ed. Dangsina Moeloek.Jakarta , FK Universitas Indonesia.

- b. Jika artikel diambil dari jurnal  
ketentuannya hampir sama dan untuk jelasnya dapat dilihat pada contoh berikut: Borges, O. (1994). "Isometric and Isokenetik Knee Extension and Flexion torguein Torguein Man and Women aged 20-70." *Scandinavia Journal Rehabilitation medic*. Vol. 21, No 5, P.13-34

Contoh:

Wiyaka , Ibrahim (1999). "Pengaruh Pergaulan Bebas Terhadap Penyelesaian Studi Mahasiswa "Harian Waspada, Selasa 11 oktober, Halaman 2 kolom 4.

6. Jika referensi diambil dari internet, penulisannya sebagai berikut:

Ikbal. 2004. Kesehatan: nama jurnal, tipe [http / www 15. Sehat.com/Derajat Kesehatan html.tanggal bulan tahun updated](http://www.15.Sehat.com/Derajat_Kesehatan_html.tanggal_bulan_tahun_updated)

#### **G. SUSUNAN DAN CARA PENGETIKAN DAFTAR PUSTAKA/KEPUSTAKAAN**

1. Urusan pustaka pada daftar pustaka disuse berdasarkan nama-nama pengarang secara alfabetis. Jika huruf awal nama pengarang berkebetulan sama maka harus dilihat huruf kedua, ketiga, dst.
2. Jika pengarang lebih menulis lebih dari satu buku, maka untuk pustaka pertama cantumkan nama, sedangkan untuk pustaka kedua cukup diberi tanda garis panjang (tjuhkekuatan). Pustaka yang terdahulu adalah pustaka dengan tahun penulisan palinrendah.
3. Jarak antara baris dengan baris berikutnya untuk satu pustaka adalah satu spasi, baris kedua dan seterusnya menjurok lima ketikan kedalam dari baris pertama
4. Jarak satu pustaka dengan pustaka berikutnya adalah satu setengah spasi
5. Urutan kepuustakaan tidak menggunakan nomor urut



## **BAB IV**

### **PARADIKMA PENELITIAN**

Paradikma penelitian merupakan kerangka berfikir yang menjelaskan bagaimana cara pandang peneliti terhadap fakta kehidupan sosial dan perlakuan peneliti terhadap fakta kehidupan sosial dan perlakuan peneliti terhadap ilmu atau teori. Secara umum pendekatan penelitian atau sering juga disebut dengan paradikma penelitian yang cukup dominan yaitu paradikma Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, penelitian Gabungan (gabungan kuantitatif dan kualitatif), Penelitian Tindakan Kelas (*Action Research*) dan Penelitian Pengembangan (*Research and Development*). Dari segi peristilahan, para ahli tampak menggunakan istilah atau penamaan yang berbeda-beda meskipun mengacu pada hal yang sama. Untuk itu guna menghindari kekaburan dalam memahami lima pendekatan ini, berikut akan dikemukakan penamaan yang dipakai para ahli dalam penyebutan kelima istilah ini.

Pelaksanaan penelitian dapat dibagi dalam empat fase kegiatan, yaitu fase persiapan, pengumpulan data/informasi, pengolahan data/informasi, dan penulisan laporan penelitian. Dalam setiap fase penelitian membutuhkan cara dan alat tertentu atau teknik tertentu. Penelitian ilmiah tidak cukup hanya dengan mendeskripsikan variabel-variabel dan konsep-konsep dari fenomena yang berkembang, melainkan berupaya menghubungkan konsep dan atau variabel dari fenomena yang ada melalui pengajuan hipotesis-hipotesis. Setiap penelitian memiliki tujuan dan kegunaan tertentu. Secara umum tujuan penelitian bersifat penemuan, pembuktian dan pengembangan. Pada akhirnya perlu diketahui bahwa dalam penelitian, setiap peneliti harus sudah mengetahui teknik apa yang diperlukannya dan juga harus mampu mengadakannya serta harus mahir mempergunakannya.

#### **A. PENELITIAN KUANTITATIF**

Meneliti adalah mencari data yang teliti/akurat. Penelitian Kuantitatif merupakan metode untuk menguji teori-teori

tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Variabel-variabel ini diukur (biasanya dengan instrumen penelitian) sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat dianalisis berdasarkan prosedur statistik. Laporan akhir untuk penelitian umumnya memiliki struktur yang ketat dan konsisten mulai dari pendahuluan, tinjauan pustaka, metode penelitian, hasil penelitian dan pembahasan, kesimpulan serta saran-saran. Sepertihalnya penelitian kualitatif, siapa pun yang terlibat dalam penelitian kuantitatif juga memerlukan asumsi untuk menguji teori secara deduktif, dan mampu mengengarlisasi dan menerapkan kembali penemuannya.

Secara garis besar ada 6 pendekatan yang digunakan dalam penelitian kuantitatif.

#### **1. Penelitian Deskriptif**

Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang bertujuan memberikan uraian atau gambaran mengenai fenomena atau gejala sosial yang diteliti dengan mendeskripsikan variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (*independent*) berdasarkan indikator-indikator dari variabel yang diteliti tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan antar variabel yang diteliti guna untuk eksplorasi atau klarifikasi dengan mendeskripsikan sejumlah variabel yang berkenaan dengan variabel yang diteliti. (Iskandar, 2008:61). Contoh bagaimana Minat berlatih atlet sepak bola ekstrakurikuler SMU 1 di Kota Jambi?, maka peneliti harus mampu mendeskripsikan minat berlatih berdasarkan indikator-indikator minat berlatih, misalkan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri dan kemahiran sosial.

Cara menyajikan laporan penelitian deskriptif dengan dua cara yaitu dengan menggunakan ukuran kuantitatif misalnya berbentuk mean atau persentase, atau dengan deskriptif kualitatif dengan mendeskripsikan suatu dari angka-angka maupun dihubungkan dengan teori-teori yang relevan dengan variabel yang diteliti.

Analisa deskriptif digunakan untuk membantu peneliti mendeskripsikan ciri-ciri variabel-variabel yang diteliti atau merangkum pengamatan penelitian yang telah dilakukan tanpa membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum dari data yang diperoleh dari populasi atau sampel. Statistik deskriptif berkaitan dengan kegiatan pencatatan, penyusunan, penyajian dan peringkasan dengan mendeskripsikan atau menggambarkan data-data yang diperoleh di lapangan. Ada beberapa teknik statistik deskriptif yang sering digunakan untuk mendeskripsikan data, antara lain: dengan uji mean, median dan modus

## **2. Penelitian Komparatif**

Pola penelitian ini adalah membandingkan satu variabel atau lebih dengan sampel besar, atau penelitian dilakukan dengan mengkaji beberapa fenomena sosial. Contoh: Apakah ada perbedaan prestasi latihan atlet laki-laki dan perempuan di UKM Taekwondo Universitas Jambi? Dalam penelitian ini biasanya teknik analisa data yang digunakan adalah 't' test atau 'F' test.

## **3. Penelitian Korelasi**

Penelitian ini sering disebut dengan penelitian sebab akibat, dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel bebas dengan variabel terikat. Penelitian ini dibangun dengan teori yang sudah matang, yang berfungsi untuk mengetahui, meramalkan dan mengontrol suatu fenomena. Ada beberapa teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini, antara lain dengan korelasi produk moment, Korelasi Phi, Koefisien Kontingensi, Korelasi Rh, Chi Kuadrat, atau Regresi.

## **4. Penelitian Eksperimen**

Penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang menuntut peneliti memanipulasi dan mengendalikan satu atau lebih variabel bebas serta mengamati variabel-variabel terikat, untuk melihat perbedaan sesuai variabel bebas tersebut. Penelitian ini juga dapat diartikan sebagai sebuah penelitian

yang ingin mengetahui sebab akibat dari perlakuan (*treatment*) kepada kepada kelompok eksperimen.

Misal sebuah penelitian ingin mengetahui Perbedaan pengaruh metode latihan interval dan Metode latihan *Speed Play* terhadap daya tahan Vo2 Max Atlet Tinju. Kemudian kelas di bagi 2 lokal kelas IA dan IB, dan dilakukan tes awal (*pretest*) pada keduanya untuk mendapatkan nilai. Setelah itu kelas IA diberlakukan dengan metode latihan *interval training*, dan kelas IB tetap menggunakan *Speed Play*, setelah itu dievaluasi hasilnya.

#### **5. Penelitian Expos Facto**

Penelitian ini merupakan penelitian yang dilakukan untuk meneliti suatu peristiwa yang terjadi dan kemudian mengamati latar belakang faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya kejadian tersebut. Contoh: Penelitian tentang sebab-sebab terjadinya penurunan prestasi latihan di club SSB Persijam.

#### **6. Penelitian Survei**

Penelitian survei adalah penelitian yang dilakukan melalui pengamatan langsung terhadap suatu gejala yang menggunakan sistem sampling. Ciri khas penelitian ini adalah data yang dikumpulkan menggunakan angket yang diberikan kepada responden. Misal penelitian tentang "Persepsi Masyarakat Kec. Mendalo Indah tentang Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Jambi"

## **SUSUNAN DAN TATA CARA PENYUSUNAN KOMPONEN SKRIPSI PADA PENELITIAN KUANTITATIF**

ABSTRAK

KATA PENGHANTAR

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

DAFTAR GAMBAR

## DAFTAR LAMPIRAN

### **BAB I. PENDAHULUAN**

- 1.2 Latar Belakang Masalah
- 1.3 Identifikasi Masalah
- 1.4 Pembatasan Masalah
- 1.5 Rumusan Masalah
- 1.6 Tujuan Penelitian
- 1.7 Manfaat Penelitian

### **BAB II. KAJIAN PUSTAKA**

- 2.1 Kajian teoritis
  - a. Variabel Terikat
  - b. Variabel Bebas
- 2.2 Penelitian Relevan
- 2.3 Kerangka berfikir
- 2.4 Hipotesis

### **BAB III. METODOLOGI PENELITIAN**

- 3.1 Tempat dan waktu penelitian
- 3.2 Populasi dan sampel
- 3.3 Metode Penelitian
- 3.4 Desain penelitian
- 3.5 Instrumen penelitian
  - a. Defenisi Konseptual
  - b. Defenisi Operasional
  - c. Kisi-kisi Instrumen
  - d. Jenis Instrumen
- 3.6 Teknik pengumpulan data
- 3.7 Teknik analisis data

### **BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

- 4.1 Deskripsi data Penelitian
- 4.2 Pengujian persyaratan analisis
- 4.3 Pengujian hipotesis
- 4.4 Pembahasan hasil penelitian

### **BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN**

- 5.1 Kesimpulan
- 5.2 Saran

DAFTAR PUSTAKA  
LAMPIRAN-LAMPIRAN

**BAGIAN POKOK DAN PENJELASAN DALAM PENELITIAN KUANTITATIF**

**BAB I PENDAHULUAN**

Bab Pendahuluan memuat uraian sebagai berikut:

**1.1 Latar Belakang Masalah**

Pada bagaian latar belakang masalah ini penulis harus menjadikannya motivator, keterkaitannya sehingga suatu penelitian akan dilaksanakan. Selain itu perlu pula penguraian tentang alasan logis dan empirik layak tidaknya suatu permasalahan untuk diteliti. Validitas permasalahan (apakah suatu masalah tersebut benar-benar meragukan penilaian) dan reliabilitas permasalahan (kesesuaian telaah pustaka dengan fakta yang ada), harus dimunculkan secara jelas. Sebagai pedoman, bahwa pada latar belakang masalah perlu diperhatikan hal-hal sebagai berikut:

1. Sinyalemen masalah yang akan diteliti.
2. Relevansi permasalahan yang diteliti terhadap aspek ilmu keolahragaan.
3. Keserasian pendekatan metodologis yang akan digunakan
4. Gambaran kegunaan hasil penelitian

Selain hal-hal tersebut di atas, maka pihak peneliti harus mengungkapkan hal-hal sebagai berikut:

1. Sejauhmana penulis telah menguasai teori dan faktual yang berkaitan dengan permasalahan yang akan diteliti
2. Apakah memang benar-benar ada keraguan pada permasalahan yang akan dimunculkan.
3. Hal apa yang sangat menarik bagi penulis untuk peneliti permasalahan dimaksud.
4. Apakah permasalahan yang akan diteliti tersebut benar-benar dapat dilaksanakan secara teknis.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah pada umumnya untuk mengetahui, melacak, menjelaskan aspek permasalahan yang muncul dan berkaitan dari variabel yang akan diteliti. Identifikasi masalah merupakan proses merumuskan permasalahan-permasalahan yang akan diteliti dengan tujuan untuk mempermudah pembaca dalam memahami permasalahan yang muncul dalam penelitian serta hasil penelitian yang hendak dicapai.

Identifikasi masalah berisikan tentang berbagai permasalahan yang ada pada objek yang akan diteliti. Setiap masalah ada pada objek penelitian, baik yang hendak diteliti maupun yang tidak akan diteliti sedapat mungkin dikemukakan pada identifikasi masalah. Sehingga, identifikasi masalah harus menggambarkan permasalahan yang ada dalam topik atau judul penelitian dan seluruh variabel yang dilibatkan dalam penelitian harus dapat tergambar dengan jelas.

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Pembatasan masalah bertujuan agar peneliti lebih terarah, terfokus, dan tidak melenceng kemana-mana. Pembatasan masalah dibuat berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah dilakukan. Dalam pembuatan pembatasan masalah perlu dipertimbangkan materi, kelakuan, dan keterbatasan-keterbatasan (waktu, biaya, tenaga, atau teori-teori) agar penelitian dapat dilakukan secara lebih mendalam. Oleh karena itu tidak semua masalah akan diteliti. Untuk itulah peneliti memberi batasan terhadap variabel yang akan diteliti serta bagaimana hubungan setiap variabel yang akan diteliti. Setelah pembatasan masalah dibuat kemudian dilanjutkan dengan pembuatan rumusan masalah.

## **1.4 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah berisikan variabel-variabel yang akan diteliti serta keterkaitan antara variabel. Dalam rumusan dan analisis masalah sekaligus juga diidentifikasi variabel-variabel

yang dalam penelitian beserta definisi operasionalnya. Definisi operasional setiap variabel yang diteliti harus menggambarkan indikator-indikatornya yang akan menggambarkan instrumen penelitian yang akan digunakan.

Rumusan masalah harus sesuai dengan latar belakang, identifikasi, dan batasan masalah yang telah diuraikan sebelumnya. Hal yang harus menjadi pedoman bahwa perumus masalah yang diluncurkan dalam bentuk kalimat tanya.

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian berisi uraian tentang indikator-indikator apa yang akan hendak ditemukan dalam penelitian tersebut, terutama mengenai hal-hal yang berkaitan langsung dengan variabel-variabel penelitian. Tujuan penelitian harus menyajikan hasil yang ingin dicapai setelah peneliti dan sekaligus mengungkapkan keinginan peneliti untuk memperoleh jawaban atas permasalahan yang telah diajukan. Dengan demikian tujuan penelitian harus relevan dan konsisten dengan identifikasi masalah, rumusan masalah, dan mencerminkan proses penelitian.

Tujuan penelitian terdiri dari atas tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum menyajikan secara singkat apa yang ingin dicapai melalui penelitian dalam bentuk satu kalimat. Sedangkan tujuan khusus disajikan dalam bentuk item-item atau butir-butir yang secara spesifik mengacu kepada pertanyaan-pertanyaan penelitian.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian berisi dampak dari tercapainya tujuan penelitian. Penguraian tentang manfaat yang dapat diambil dari penelitian tersebut, terutama pada ilmu keolahragaan secara luas.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

Pada BAB kajian pustaka ini akan menguraikan dan membahas tentang variabel-variabel penelitian.



## 2.1 Kajian Teoritik

Kerangka teoritis berisi pengungkapan teori-teori yang relevan dengan permasalahan penelitian. Kerangka teori atau lazim juga disebut dengan *Tinjauan Pustaka*, umumnya diperoleh dari buku-buku teks (*hand book*) yang berkaitan dengan ilmu keolahragaan. Selain itu, teori-teori dapat pula diambil dari isi penemuan-penemuan yang disajikan dari berbagai jurnal-jurnal penelitian, maupun teori yang relevan dengan permasalahan penelitian. Tentunya hasil-hasil penelitian tersebut merupakan data sekunder, yang memerlukan pertimbangan ataupun asumsi-asumsi terutama dalam rangka penalaran untuk menjawab permasalahan yang diajukan dalam suatu penelitian. Sangat dianjurkan menggunakan teori-teori (kepuustakaan) yang terbaru.

## 2.2 Hasil Penelitian Relevan

Peneliti mendeskripsikan hasil-hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dan relevan dengan masalah yang diteliti. Selanjutnya peneliti menjelaskan posisi penelitiannya dengan cara mendeskripsikan persamaan dan perbedaan penelitian yang dilakukannya dengan penelitian-penelitian relevan yang disajikan.

Contoh penelitian yang relevan pada judul skripsi pengaruh gaya mengajar dan *motor educability* terhadap hasil belajar senam Pramuka yang di ambil dari judul Tesis “Pengaruh Pendekatan dan Kemampuan Motorik Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kota Padang” adalah sebagai berikut:

Erizal Nurmai dalam penelitiannya tentang perbedaan pengaruh pendekatan dan kemampuan motorik terhadap kebugaran jasmani siswa Sekolah Dasar Studi eksperimen pada siswa Sekolah Dasar Negeri di Kota Padang. Menyatakan bahwa untuk meningkatkan kebugaran jasmani perlu diberikan pembelajaran dengan mengunakan pembelajaran yang sesuai dengan pertumbuhan dan

perkembangan anak. Hasil penelitian adalah terdapat pengaruh perbedaan hasil belajar dengan menggunakan latihan dan metode tugas.

Hasil penelitian menunjukkan secara keseluruhan terdapat perbedaan hasil kebugaran jasmani dan terdapat pengaruh siswa yang diajar dengan pendekatan melalui latihan dengan kelompok siswa yang diajar dengan kelompok siswa yang diajar dengan pendekatan melalui tugas. Hasil kebugaran jasmani yang memiliki kemampuan motorik tinggi yang diajar dengan pendekatan pembelajaran melalui tugas lebih baik dari siswa yang diajar melalui pendekatan latihan.

### 2.3 Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir berisikan tentang pengaliran jalan pikiran menurut kerangka yang logis (*logical construct*). Hal ini dapat diartikan, untuk mendudukan perkara permasalahan yang telah diidentifikasi dan dirumuskan di dalam kerangka teoritis yang relevan, yang mampu menangkap, menerangkan dan menunjukkan persektif terhadap masalah tersebut. Upaya tersebut ditujukan untuk dapat menjawab atau menerangkan masalah yang telah dirumuskan. Cara berfikir kearah memperoleh jawaban tersebut adalah berfikir deduktif (dari hal-hal yang general ke hal-hal yang spesifik). Hal-hal yang general dimaksud adalah teori-teori (dalil-dalil, hukum, kaidah, dsb). Sedangkan hal-hal yang spesifik adalah masalah yang telah yang telah dirumuskan dalam konteks penelitian penulis. Mendudukan perkara rumusan masalah dengan teori-teori yang dipergunakan tersebut merupakan kunci keyakinan (*logic*) bahwa hal-hal yang berlaku secara general maka akan berlaku pula pada hal-hal yang sfesifik. Untuk lebih jelasnya perhatikan contoh berikut:

*Bagaimana jika besi dipanaskan? (rumusan masalah) semua logam jika dipanaskan akan memuai (teori/dalil/hokum/kaidah).*

Dudukperkara permasalahan tersebut adalah bahwa besi adalah salah satu dari logam, maka kesimpulannya; besi jika

dipanaskan akan memuai, dan hal ini yang merupakan hipotesis penulis.

NB : perlu dituang dari Variabel terikat (Y) lalu ke variabel bebas (X)

## 2.4 Hipotesis

Hipotesis berisi kesimpulan dalam mendukung perkarakan rumusan masalah kedalam teori yang berlaku melalui kerangka pemikiran. Hipotesis merupakan rumusan formal, dan kalimatnya harus bersifat pernyataan (tegas/tidak ada keraguan). Rumusan hipotesis harus konsisten dengan rumusan masalah. Hipotesis yang baik adalah, jika suatu hipotesis tersebut, sederhana perumusannya, dapat diuji, dan menyatakan pertautan antara dua variabel atau lebih. Contoh: **rumusan masalah (apakah latihan *Plyometrik* dapat meningkatkan daya ledak otot tungkai), maka Hipotesis (latihan *plyometric* dapat meningkatkan daya ledak otot tungkai).** Walaupun demikian, pada penelitian tertentu ada yang tidak berhipotesis. Hipotesis tergantung pada rumusan masalah.

## BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

Pada BAB metodologi penelitian akan menguraikan hal-hal sebagai berikut:

### 3.1 Tempat dan Waktu Penelitian

Sub bab ini berisi uraian tempat lokasi penelitian, argumentasi tentang penelitian lokasi tersebut dapat dan bagaimana proses penelitian dilakukan.

### 3.2 Populasi dan Sampel

Sub bab ini berisi penjelasan populasi yang ditentukan, dan sampel yang akan diambil. Dalam pembagian sampel haruslah menggunakan teknik sampling yang tepat. Satu hal yang pasti bahwa suatu sampel harus representatif terhadap populasi. Keterangan-keterangan tentang berbagai teknik

sampling dapat dilihat dalam buku-buku Metodologi Penelitian.

### 3.3 Metode Penelitian

Metode Penelitian berisi uraian tentang metode yang akan digunakan penelitian, serta uraian argumentasi mengapa metode tersebut yang dipilih. Contoh: “Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, yang melibatkan dua variabel bebas yang dimanipulasi dan satu variabel terikat sebagai respon”.

### 3.4 Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan kerangka konsep pelaksanaan suatu penelitian, contoh : “dalam penelitian ini digunakan rancangan *pre test* dan *post test design*. Adapun rancangan penelitian dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel Desain Penelitian**

Penetapan sampel	<i>Pre Test</i>	Pembagian kelompok	Kelompok	Perlakuan	<i>Post Test</i>
TS	Tes Balke lari 15 menit	<i>Matcing pairing</i>	A	Latihan...	Tes Balke lari 15 menit
			B	Latihan...	

### 3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian berisi tentang defenisi oprasional variabel penelitian dan teknik pengumpulan data dalam kaitannya dengan proses penelitian. Uraian juga mencangkup penggunaan instrumen tes yang dipergunakan dalam proses pengambilan data tersebut.

#### 1. Deskripsi Konseptual

Peneliti menjelaskan konsep variabel yang diteliti berdasarkan sintesis peneliti terhadap konsep-konsep yang dianalisis, dilengkapi dengan dimensi dan indikator dari konsep variabel yang akan diteliti.

## 2. Defenisi Oprasional

Peneliti menjelaskan defenisi yang terukur yang dilengkapi dengan rincian indikator penelitian (terukur) dan unit analisis pengukuran variabel yang dibuat instrumennya, serta responden yang akan mengisi instrumen.

## 3. Kisi-kisi instrumen

Peneliti menyajikan kisi-kisi instrumen berdasarkan defenisi konseptual. Kisi-kisi yang disajikan dalam bentuk tabel yang berisikan dimensi, indikator, nomor butir dan jumlah butir untuk setiap indikator yang diukur.

## 4. Jenis instrumen

Peneliti menyebutkan jenis instrumen yang digunakan untuk pengambilan data.

### **3.6 Teknik Pengumpulan Data**

Pada teknik pengumpulan data berisi uraian tentang bagaimana proses pengambilan data, alat-alat yang digunakan dalam penelitian, dan klasifikasi.

### **3.7 Teknik Analisis Data**

Sub bab ini berisi uraian teknik analisis statistik yang sesuai dengan tujuan penelitian. Uraian juga mencakup asumsi penggunaan suatu teknik statistik. Suatu hal yang harus diperhatikan, lakukanlah persyaratan uji statistik untuk setiap teknik analisis statistik yang dipergunakan.

## **BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pada bab ini akan diuraikan hal-hal sebagai berikut:

### **4.1 Deskripsi Data Penelitian**

Sub bab ini berisi tentang deskripsi data yang diperoleh dari pengambilan data dilapangan. Deskripsi data tersebut mencakup proses munculnya data dari instrumen tes yang dipergunakan, sehingga dapat diyakinkan bahwa data yang

diproleh tersebut benar-benar data yang semestinya diperlukan sesuai dengan variabel penelitian yang telah ditentukan.

Deskripsi data tersebut apat disajikan dalam bentuk sajian lain. Secara umum, pada deskripsi data berisi nilai rata-rata, simpang baku, atau varians yang terfokus dengan teknik analisis statistik yang dipergunakan. Deskripsi data penelitian juga menampilkan data hasil penelitian baik itu dalam bentuk dekripsi, tabel dan histogram/bagan.

#### **4.2 Pengujian Persyaratan Analisis**

Sub bab ini berisis tentang pemenuhan asumsi yang diperlukan untiuk setiap teknik analisis statistik yang dipergunakan. Asumsi-asumsi yang diperlukan tersbut misalnya, bahwa data yang diperoleh berdistribusi normal, homogeny dan data diperoleh secara random.Satu hal yang pasti bahwa setiap pengguna teknik analisis ststistik, memerlukan pemenuhan asumsi-asumsi yang berbeda.

#### **4.3 Pengujian Hipotesis**

Sub bab ini berisi tentang pengujian hipotesis yang berkaitan dengan hasil uji statistik yang dipergunakan. Uji ststistik yang dimaksud misalnya Uji-t, Uji-f ataupun uji-uji yang lain. Untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan adalah dengan membandingkan antara hasial suatu uji statistik dengan angka-angka tabel sesuai dengan uji statistikyang dipergunakan (missal t-hitung dibandingkan dengant-tabel).Berkaitan dengan haal ini, taraf siknifikasi yang dipergunakan harus lebi daahulu ditentukan.

#### **4.4 Pembahasan Hasil Penelitian**

Sub bab ini berisi tentang hal-hal yang mendukung dan tidak mendukung dari hasil pengujian hipotesis. Memunculkan teori-teori yang releven dengan hasil penelitian, merupakan hal yang sangat dianjurkan.Pengungkapan kemungkinan kesalahan-kesalahan yang terjadi bukanlah sesuaatau yang mengurangi nilai suatu karya ilmiah (skripsi).Kejujuran peneliti sangatlah diutamakan dan

merupakan langkah awal dari suatu temuan yang mungkin harus dikembangkan.

## **BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **5.1 Kesimpulan**

Sub bab kesimpulan berisi tentang pernyataan yang merujuk dari rumusan masalah, rumusan hipotesis, dan pembahasan hasil penelitian. Kesimpulan bukan mengurangi uraian-uraian yang telah dilakukan pada bagian inti skripsi. Kesimpulan adalah pernyataan singkat yang merupakan jawaban tentang rumusan masalah. Pemunculan angka-angka sangat tidak dianjurkan pada butir-butir kesimpulan. Kesimpulan harus menggunakan nomor yang berjenjang (kesimpulan 1,2,3, dst...)

### **5.2 Saran**

Sub bab saran berisi pernyataan yang mengemukakan sesuatu untuk pemanfaatan, kelanjutan, ataupun kolaborasi yang mungkin dapat dilakukan antara orang ataupun bidang-bidang dari hasil temuan penelitian. Saran yang tujuannya untuk kesempurnaan penelitian yang sama pada scope yang lebih luas merupakan hal yang sangat dianjurkan.

## **BAGIAN AKHIR**

Pada bagian akhir skripsi memuat daftar pustaka dan lampiran-lampiran.

## **DAFTAR PUSTAKA/KEPUSTAKAAN**

Daftar pustaka berisi pemuatan semua buku-buku, jurnal-jurnal penelitian, majalah ilmiah, surat kabar, atau apa saja yang dijadikan rujukan pada proses pembuatan skripsi. Daftar pustaka disajikan tidak menggunakan nomor urut. Urutan penulisan berdasarkan urutan alfabet nama penulis buku, jurnal, dan lain-lain.

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

Lampiran-lampiran berisi keterangan-keterangan yang mendukung skripsi. Asumsi memasukan suatu keterangan pada daftar lampiran, adalah untuk menghindari terganggunya uraian dalam bagian utama penulisan skripsi. Contoh Lampiran: hasil pengolahan data, tabel statitika yang dipakai, program latihan, dokumentasi, tabel revisi uian seminar prososal dan surat-surat penelitian.



## B. PENELITIAN KUALITATIF

Penelitian kualitatif adalah riset yang bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis dengan pendekatan induktif. Penelitian Kualitatif adalah penelitian yang tidak menggunakan statistik tetapi melalui pengumpulan data, analisis, kemudian diinterpretasikan. Biasanya berhubungan dengan masalah sosial dan manusia yang bersifat interdisipliner, fokus pada multimethod, naturalistik dan interpretatif (dalam pengumpulan data, paradigma, dan interpretasi). Penelitian kualitatif ini merupakan penelitian yang menekankan pada pemahaman mengenai masalah-masalah dalam kehidupan sosial berdasarkan kondisi realitas atau *natural setting* yang holistik, kompleks, dan rinci. Penelitian yang menggunakan pendekatan induksi yang mempunyai tujuan penyusunan konstruksi teori atau hipotesis melalui pengungkapan fakta merupakan penelitian yang menggunakan paradigma kualitatif.

Tujuan utama penelitian kualitatif adalah untuk memahami (*to understand*) fenomena atau gejala sosial dengan lebih menitik beratkan pada gambaran yang lengkap tentang fenomena yang dikaji daripada memerincinya menjadi variabel-variabel yang saling terkait. Harapannya ialah diperoleh pemahaman yang mendalam tentang fenomena untuk selanjutnya dihasilkan sebuah teori. Karena tujuannya berbeda dengan penelitian kuantitatif, maka prosedur perolehan data dan jenis penelitian kualitatif juga berbeda.

Setidaknya ada delapan jenis penelitian kualitatif, yakni etnografi (*ethnography*), studi kasus (*case studies*), studi dokumen/teks (*document studies*), observasi alami (*natural observation*), wawancara terpusat (*focused interviews*), fenomenologi (*phenomenology*), *grounded theory*, studi sejarah (*historical research*). Penelitian kualitatif bersifat penemuan. Dalam penelitian ini bukan hanya sekedar pembuktian hipotesis seperti dalam penelitian kuantitatif. Namun demikian kemungkinan jangka penelitian berlangsung dalam waktu yang pendek, bila telah ditemukan sesuatu yang datanya sudah jenuh. Ibarat mencari provokator, atau mengurai masalah, atau

memahami makna, kalau semua itu dapat ditemukan dalam satu minggu dan telah teruji kredibilitasnya, maka penelitian kualitatif dinyatakan selesai, sehingga tidak memakan waktu yang lama.

## **SUSUNAN DAN TATA CARA PENYUSUNAN KOMPONEN SKRIPSI PADA PENELITIAN KUALITATIF**

ABSTRAK

KATA PENGHANTAR

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

DAFTAR GAMBAR

DAFTAR LAMPIRAN

### **BAB I. PENDAHULUAN**

- 1.1 Latar Belakang Masalah
- 1.2 Pembatasan Masalah
- 1.3 Rumusan Masalah
- 1.4 Tujuan Penelitian
- 1.5 Manfaat Penelitian

### **BAB II. KAJIAN PUSTAKA**

- 2.1 Deskripsi Konseptual dan Subfokus Penelitian
- 2.2 Hasil Penelitian yang Relevan

### **BAB III. METODOLOGI PENELITIAN**

- 3.1 Tempat dan waktu penelitian
- 3.2 Populasi dan sampel
- 3.3 Metode penelitian dan Prosedur Penelitian
- 3.4 Data dan Sumber Data
- 3.5 Teknik pengumpulan data
- 3.6 Teknik analisis data
- 3.7 Pemeriksaan Keabsahan Data
  - a. Kredibilitas
  - b. Transerabilitas
  - c. Dependabilitas
  - d. Konfirmabilitas

## **BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

- 4.1 Deskripsi Umum tentang Latar Penelitian
- 4.2 Temuan dan Pembahasan Penelitian
  - a. Subfokus 1
  - b. Subfokus 2
  - c. Subfokus 3, dst

## **BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN**

- 5.1 Kesimpulan
- 5.2 Saran

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

**Bagian Pokok dan Penjelasan dalam Penelitian Kualitatif.**

## **BAB I PENDAHULUAN**

Bab Pendahuluan memuat uraian sebagai berikut:

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pada bagaian latar belakang masalah ini penulis harus menjadikannya motivator, keterkaitannya sehingga suatu penelitian akan dilaksanakan. Selain itu perlu pula penguraian tentang alasan logis dan emperik layak tidaknya suatu pemasalahan untuk diteliti. Validitas permasalahan (apakah suatu masalah tersebut benar-benar meragukan penulian) dan reliabilitas permasalahan (kesesuaian telaah pustaka dengan fakta yang ada), harus dimunculkan secara jelas. Sebagai pedoman, bahwa pada latar belakang masalah perlu diperhatikan hal-hal sebagai berikut:

- a. Sinyalemen masalah yang akan diteliti.
- b. Relevansi permasalahan yang diteliti terhadap aspek ilmu keolahragaan.
- c. Keserasian pendekatan metodologis yang akan digunakan
- d. Gambaran kegunaan hasil penelitian

Selain hal-hal tersebut di atas, maka pihak peneliti harus mengungkapkan hal-hal sebagai berikut:

1. Sejauhmana penulis telah menguasai teori dan faktual yang berkaitan dengan permasalahan yang akan diteliti
2. Apakah memang benar-benar ada keraguan pada permasalahan yang akan dimunculkan.
3. Hal apa yang sangat menarik bagi penulis untuk peneliti permasalahan dimaksud.
4. Apakah permasalahan yang akan diteliti tersebut benar-benar dapat dilaksanakan secara teknis.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah pada umumnya untuk mengetahui, melacak, menjelaskan aspek permasalahan yang muncul dan berkaitan dari variabel yang akan diteliti. Identifikasi masalah merupakan proses merumuskan permasalahan-permasalahan yang akan diteliti dengan tujuan untuk mempermudah pembaca dalam memahami permasalahan yang muncul dalam penelitian serta hasil penelitian yang hendak dicapai.

Identifikasi masalah berisikan tentang berbagai permasalahan yang ada pada objek yang akan diteliti. Setiap masalah ada pada objek penelitian, baik yang hendak diteliti maupun yang tidak akan diteliti sedapat mungkin dikemukakan pada identifikasi masalah. Sehingga, identifikasi masalah harus menggambarkan permasalahan yang ada dalam topik atau judul penelitian dan seluruh variabel yang dilibatkan dalam penelitian harus dapat tergambar dengan jelas.

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Pembatasan masalah bertujuan agar peneliti lebih terarah, terfokus, dan tidak melenceng kemana-mana. Pembatasan masalah dibuat berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah dilakukan. Dalam pembuatan pembatasan masalah perlu dipertimbangkan materi, kelakan, dan keterbatasan-keterbatasan (waktu, biaya, tenaga, atau teori-teori) agar penelitian dapat dilakukan secara lebih mendalam. Oleh karena itu tidak semua masalah akan diteliti. Untuk itulah

peneliti memberi batasan terhadap variabel yang akan diteliti serta bagaimana hubungan setiap variabel yang akan diteliti. Setelah pembatasan masalah dibuat kemudian dilanjutkan dengan pembuatan rumusan masalah.

### **Rumusan Masalah**

Rumusan masalah berisikan variabel-variabel yang akan diteliti serta keterkaitan antara variabel. Dalam rumusan dan analisis masalah sekaligus juga diidentifikasi variabel-variabel yang dalam penelitian beserta definisi operasionalnya. Definisi operasional setiap variabel yang diteliti harus menggambarkan indikator-indikatornya yang akan menggambarkan instrumen penelitian yang akan digunakan.

Rumusan masalah harus sesuai dengan latar belakang, identifikasi, dan batasan masalah yang telah diuraikan sebelumnya. Hal yang harus menjadi pedoman bahwa perumus masalah yang diluncurkan dalam bentuk kalimat tanya.

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian berisi uraian tentang indikator-indikator apa yang akan hendak ditemukan dalam penelitian tersebut, terutama mengenai hal-hal yang berkaitan langsung dengan variabel-variabel penelitian. Tujuan penelitian harus menyajikan hasil yang ingin dicapai setelah peneliti dan sekaligus mengungkapkan keinginan peneliti untuk memperoleh jawaban atas permasalahan yang telah diajukan. Dengan demikian tujuan penelitian harus relevan dan konsisten dengan identifikasi masalah, rumusan masalah, dan mencerminkan proses penelitian.

Tujuan penelitian terdiri dari atas tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum menyajikan secara singkat apa yang ingin dicapai melalui penelitian dalam bentuk satu kalimat. Sedangkan tujuan khusus disajikan dalam bentuk item-item atau butir-butir yang secara spesifik mengacu kepada pertanyaan-pertanyaan penelitian.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian berisi dampak dari tercapainya tujuan penelitian. Penguraian tentang manfaat yang dapat diambil dari penelitian tersebut, terutama pada ilmu keolahragaan secara luas.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

Pada BAB kajian pustaka ini akan menguraikan dan membahas tentang variabel-variabel penelitian.

### **2.1 Deskripsi Konseptual dan Subfokus Penelitian**

Deskripsi konseptual berisi pengungkapan teori-teori yang relevan dengan permasalahan penelitian. Teori-teori tersebut umumnya diperoleh dari buku-buku teks (*hand book*) yang berkaitan dengan ilmu keolahragaan. Selain itu, teori-teori dapat pula diambil dari isi penemuan-penemuan yang disajikan dari berbagai jurnal-jurnal penelitian, maupun teori yang relevan dengan permasalahan penelitian. Tentunya hasil-hasil penelitian tersebut merupakan data sekunder, yang memerlukan pertimbangan ataupun asumsi-asumsi terutama dalam rangka penelaran untuk menjawab permasalahan yang diajukan dalam suatu penelitian. Sangat dianjurkan menggunakan teori-teori (kepuustakaan) yang terbaru.

### **2.2 Hasil Penelitian Relevan**

Peneliti mendeskripsikan hasil-hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dan relevan dengan masalah yang diteliti. Selanjutnya peneliti menjelaskan posisi penelitiannya dengan cara mendeskripsikan persamaan dan perbedaan penelitian yang dilakukannya dengan penelitian-penelitian relevan yang disajikan. Contoh penelitian yang relevan dapat dilihat seperti contoh pada jenis penelitian Kuantitatif

## **BAB III. METODOLOGI PENELITIAN**

Pada BAB metodologi penelitian akan menguraikan hal-hal sebagai berikut:

### **3.1 Tempat dan Waktu Penelitian**

Sub bab ini berisi uraian tempat lokasi penelitian, argumentasi tentang penelitian lokasi tersebut dapat dan bagaimana proses penelitian dilakukan.

### **3.2 Populasi dan Sampel**

Sub bab ini berisi penjelasan populasi yang ditentukan, dan sampel yang akan diambil. Dalam pembagian sampel haruslah menggunakan teknik sampling yang tepat. Satu hal yang pasti bahwa suatu sampel harus representatif terhadap populasi. Keterangan-keterangan tentang berbagai teknik sampling dapat dilihat dalam buku-buku Metodologi Penelitian.

### **3.3 Metode Penelitian dan Prosedur Penelitian**

Metode dan prosedur penelitian berisi uraian tentang metode yang akan digunakan penelitian, serta uraian argumentasi mengapa metode tersebut yang dipilih, serta bagaimana cara penelitian tersebut dilaksanakan. Contoh: “Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, yang melibatkan dua variabel bebas yang dimanipulasi dan satu variabel terikat sebagai respon”.

### **3.4 Data dan Sumber Data**

Peneliti menjelaskan informasi atau data yang dikumpulkan sehubungan dengan fokus dan subfokus penelitian. Kemudian dijelaskan pula sumber-sumber data primer maupun sekunder yang digunakan dalam penelitian baik informan, peristiwa, maupun dokumen.

### **3.5 Teknik Pengumpulan Data**

Pada teknik pengumpulan data berisi uraian tentang bagaimana proses pengambilan data, alat-alat yang digunakan dalam penelitian, dan klasifikasi. Dalam proses pengumpulan data ini meliputi observasi, wawancara, dokumen maupun *Focus group discussion*

### 3.6 Teknik Analisis Data

Sub bab ini berisi uraian proses pengumpulan data maupun setelah data terkumpul. Prosedur analisis data kualitatif yang digunakan harus sesuai dengan jenis/metodenya.

### 3.7 Pemeriksaan Keabsahan Data

Keabsahan data antara lain dapat mencakup derajat kepercayaan (*credibility*), keteralihan (*transferability*), kebergantungan (*Dependability*), kepastian (*confirmability*), dan dapat juga dengan triangulasi.

- **Kredibilitas (*Credibility*)**

Kredibilitas merupakan penetapan hasil penelitian kualitatif yang dapat dipercaya dari perspektif partisipan dalam penelitian tersebut. Strategi untuk meningkatkan kredibilitas hasil penelitian adalah perpanjangan pengamatan, ketekunan penelitian, analisis kasus, dan diskusi teman sejawat.

- **Transferabilitas (*Transferability*)**

Transferabilitas merujuk pada tingkat kekuatan hasil penelitian kualitatif untuk dapat di generalisasikan pada konteks yang lain. Transferabilitas merupakan tanggungjawab peneliti dalam melakukan suatu pekerjaan mendeskripsikan konteks penelitian dan asumsi-asumsi yang menjadi sentral pada penelitian tersebut.

- **Dependabilitas (*Dependability*)**

Dependabilitas menekankan perlunya peneliti untuk memperhitungkan konteks yang berubah-ubah dalam penelitian yang dilakukan, dan peneliti bertanggungjawab menjelaskan perubahan-perubahan yang terjadi.

- **Konfirmabilitas (*Confirmability*)**

Konfirmabilitas atau objektivitas merujuk pada tingkat hasil kekuatan penelitian yang dikonfirmasi oleh orang lain. Peneliti dapat mendokumentasikan prosedur untuk mengecek kembali seluruh data penelitian.



## **BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pada bab ini akan diuraikan hal-hal sebagai berikut:

### **4.1 Deskripsi Umum tentang Latar Penelitian**

Peneliti menguraikan latar belakang sosial, historis, budaya, ekonomi, demografi, lingkungan sebagai gambaran umum penelitian yang melatari temuan penelitian.

### **4.2 Temuan dan Pembahasan Penelitian**

Peneliti mendeskripsikan hasil analisis dan temuan sesuai dengan fokus dan subfokus penelitian. Peneliti membahas semua temuan penelitian dengan fokus dan subfokus penelitian yang merupakan interpretasi atau verifikasi temuan dengan menghubungkan konsep-konsep dan teori yang ada. Temuan berupa proposisi.

1. Subfokus 1
2. Subfokus 2
3. Subfokus 3
4. Subfokus dst.

## **BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **5.1 Kesimpulan**

Peneliti menuliskan kesimpulan yang berisi tema-tema sebagai hasil interpretasi atau verifikasi temuan dengan konsep-konsep dan teori-teori yang sesuai dengan fokus dan subfokus penelitian.

### **5.2 Saran**

Sub bab saran berisi peneliti mengemukakan rekomendasi tentang perlunya penelitian lanjutan dan implementasi temuan penelitian tersebut dalam pemecahan masalah praktis.

## **BAGIAN AKHIR**

Pada bagian akhir skripsi memuat daftar pustaka dan lampiran-lampiran.

## **DAFTAR PUSTAKA/KEPUSTAKAAN**

Daftar pustaka berisi pemuatan semua buku-buku, jurnal-jurnal penelitian, majalah ilmiah, surat kabar, atau apa saja yang dijadikan rujukan pada proses pembuatan skripsi. Daftar pustaka disajikan tidak menggunakan nomor urut. Urutan penulisan berdasarkan urutan alfabet nama penulis buku, jurnal, dan lain-lain.

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

Lampiran-lampiran berisi keterangan-keterangan yang mendukung skripsi. Asumsi memasukan suatu keterangan pada daftar lampiran, adalah untuk menghindari terganggunya uraian dalam bagian utama penulisan skripsi. Contoh Lampiran : pedoman observasi, pedoman wawancara, catatan lapangan hasil observasi, catatan lapangan hasil wawancara, dokumen pendukung (foto dan dokumen), dan analisis data.

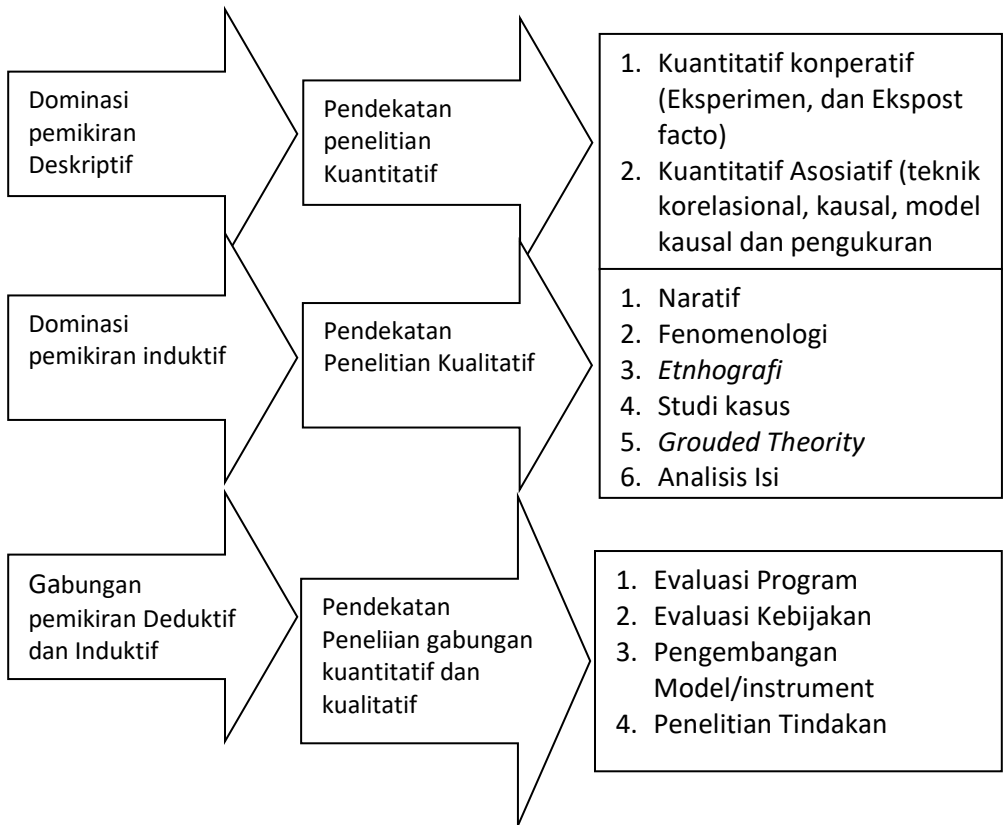
## **C. PENELITIAN GABUNGAN**

Penelitian gabungan adalah penelitian yang berorientasi pada tindakan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif dalam proses pelaksanaan suatu penelitian yang sama. Penelitian gabungan merupakan suatu prosedur untuk pengumpulan data, analisis data secara sekuensial menggunakan metode kuantitatif dan metode kualitatif atau sebaliknya. Karakteristik penelitian gabungan antara lain:

- 1) tujuan penelitian ini untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan penelitian secara komprehensif yang tidak cukup mampu dijawab oleh peneliti dengan hanya menggunakan satu metode penelitian.
- 2) tekanan utama ada pada pertanyaan-pertanyaan penelitian yang berorientasi pada hasil dan berorientasi pada proses.
- 3) filosofi penelitian bersifat praktis dan terapan.

Jenis penelitian gabungan terdiri atas : (a) Penelitian Pengembangan Model dan Instrumen (b) Penelitian Evaluasi Program (c) Penelitian Evaluasi Kebijakan (d) Penelitian

Tindakan. Berdasarkan pada penjelasan di atas maka isi uraian dapat diringkas dalam bentuk skema di bawah ini:



#### D. PENELITIAN TINDAKAN KELAS (*Classroom Action Research*)

Penelitian Tindakan Kelas (*classroom action research*) merupakan bagian dari penelitian masalah peraktis yang memiliki tujuan utama untuk memperbaiki kualitas proses dan hasil pembelajaran pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga. Perbaikan tersebut dilakukan dengan menggunakan perinsip koomperatif , kolaboratif, dan siklus action, dalam pemecahan masalah peraktis. PTK sebagai penelitian masalah praktis memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Masalah yang akan dipecahkan adalah masalah nyata dan benar-benar terjadi pada peraktik pembelajaran pendidikan jasmani atau peraktik kepelatihan cabang olahraga.
- b. Adanya kolaborasi antara peneliti dengan kolaborator untuk menyelenggarakan pembelajaran pendidikan jasmani/ kepelatihan olahraga yang berkualitas dengan melakukan perbaikan secara berkelanjutan.
- c. Motivasi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani / kepelatihan olahraga tumbuh dalam diri guru/pelatih.
- d. Selama penelitian berlangsung, peneliti tetap menjaga obyektivitas, validitas dan realibilitas proses, data, dengan tetap mengupayakan secara maksimal situasi yang bersipat secara alami (*natural setting*)
- e. Kendati PTK tidak menjadi teori, namun dukungan teori dan referensi yang kuat perlu disertakan untuk menunjang arah perencanaan masalah serta pelaksanaan tindakan.
- f. Proses dan hasil tiap siklus dalam PTK harus dilaporkan secara lengkap dan sistematis dengan mengikuti kaidah dan standar karya tulis ilmiah yang berlaku.

#### • Menetapkan Sistematika Proposal PTK

Seberapa layak kemampuan seorang guru pendidikan jasmani, pelatih olahraga, termasuk juga mahasiswa calon guru atau calon pelatih dalam ber-PTK, dapat dilihat dari bagaimana kemampuannya dalam menyusun proposal Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Proposal itu dapat diibaratkan sebuah rencana matang sebelum yang bersangkutan benar-benar akan melaksanakan PTK. Banyak yang beranggapan bahwa 80%

pemahaman PTK dapat dicermati dari bagaimana seseorang itu menyusun proposal PTK. Kita sudah memahami pandangan umum seperti itu, bahwa perencanaan itu sesuatu yang sangat strategis dan vital sebelum pelaksanaan. Ada ungkapan umum bahwa: *"failing to plan is planing to fail"*, artinya bahwa kegagalan dalam menyusun sebuah rencana (proposal), berarti merencanakan (memproposalkan) suatu kegagalan.

Langkah awal sebelum menyusun proposal adalah menetapkan terlebih dahulu sistematika proposal yang akan digunakan. Sebagaimana penelitian-penelitian yang lain, penyusunan proposal itu harus mengikuti sistematika yang berlaku. Dalam kaitannya dengan ini maka akan terdapat banyak sekali versi sistematika proposal. Proposal PTK juga akan ditemukan banyak versi. Apapun versi proposal yang akan digunakan maka ada sebuah keharusan yang harus dimiliki oleh calon peneliti PTK, yaitu bahwa calon telah benar-benar menemukan permasalahan praktis dalam setting alami serta alternatif tindakan yang direncanakan matang dari calon peneliti tentang masalah penelitian serta tindakannya.

Penyusunan proposal hanyalah merupakan penuangan ide tersebut dalam sebuah format perencanaan yang sistematis. Semakin sistematis dan rinci, maka proposal tersebut semakin banyak membantu peneliti dalam pelaksanaan PTK. Sebaliknya, jika ide atau gagasan peneliti dituangkan dalam sebuah proposal yang kurang sistematis dan kurang rinci, maka dalam pelaksanaannya akan ditemukan berbagai kendala teknis. Oleh karena itu proposal itu harus berisi komponen-komponen khusus dan penting yang secara teknis telah menampung berbagai hal yang mudah diimplementasikan dalam praktek penelitian di lapangan/ kelas. Proposal PTK memiliki fungsi sebagai dokumen pemandu dan pengarah dalam pelaksanaan penelitian PTK.

Sistematika proposal PTK dalam pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga pada umumnya meliputi komponen proposal yang meliputi: (1) Judul; (2) Latar Belakang Masalah;

(3) Rumusan Masalah; (4) Tujuan Penelitian; (5) Manfaat Penelitian; (6) Kajian Pustaka; (7) Metode Penelitian; (8) Jadwal Penelitian; (9) Rincian Beaya Penelitian; (10) Daftar Pustaka; dan (11) Lampiran-lampiran.

Untuk kepentingan pemahaman isi proposal dalam rangka persiapan penyusunan laporan PTK, lazimnya komponen-komponen tersebut kemudian dikemas secara teknis dalam sebuah format dengan pola standar 3 bab, yakni sebagai berikut:

## **SUSUNAN DAN TATA CARA PENYUSUNAN KOMPONEN SKRIPSI PADA PENELITIAN TINDAKAN (*ACTION RESEARCH*)**

ABSTRAK  
KATA PENGHANTAR  
DAFTAR ISI  
DAFTAR TABEL  
DAFTAR GAMBAR  
DAFTAR LAMPIRAN

### **BAB I PENDAHULUAN**

- 1.1 Latar Belakang Masalah
- 1.2 Rumusan Masalah
- 1.3 Tujuan Penelitian
- 1.4 Manfaat Penelitian

### **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

- 2.1 Kajian Pustaka yang relevan dengan variabel masalah (y)
- 2.2 Kajian Pustaka yang relevan dengan variabel tindakan (x)
- 2.3 Kerangka Berfikir
- 2.4 Hipotesis Tindakan

### **BAB III METODE PENELITIAN**

- 3.1 Setting (Tempat dan Waktu) Penelitian
- 3.2 Subjek Penelitian
- 3.3 Sumber Data
- 3.4 Teknik Pengumpulan Data
- 3.5 Teknik Analisis Data
- 3.6 Prosedur Penelitian

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

- 4.1 Hasil Penelitian
- 4.2 Pembahasan

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

- 5.1 Kesimpulan
- 5.2 Saran

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

Pada bagian bab ini selanjutnya akan dikupas satu per satu komponen-komponen proposal PTK dalam pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga.

### **A. Komponen 1: Rumusan Judul Proposal PTK**

Untuk dapat merumuskan judul proposal yang bagus dan memenuhi standar judul PTK, maka setiap calon peneliti PTK setidaknya harus memahami dua hal yang meliputi: (1) anatomi judul PTK, dan (2) pola judul PTK.

#### **1. Anatomi Judul PTK**

Judul PTK yang bagus dan standar adalah judul yang memiliki komponen-komponen masiv (kompak) dan eksplisit (gamblang). Kriteria masiv dan eksplisit ini meliputi: (1) judul PTK ditulis secara singkat, spesifik dan jelas; (2) judul PTK meng-gambarkan masalah yang akan diteliti (jelas variabel y atau variabel terikatnya); dan (3) judul PTK menggambarkan tindakan penelitian yang dipilih untuk memecahkan masalah (jelas variabel x atau variabel bebasnya).

#### **2. Judul PTK: Singkat, Spesifik, dan Jelas**

Persyaratan yang pertama, adalah bahwa judul harus singkat, spesifik, dan jelas. Persyaratan singkat, spesifik, dan jelas dipahami sebagai satu kesatuan, karena judul yang singkat belum tentu spesifik dan jelas. Misalnya, hanya sekadar mengejar persyaratan judul yang ringkas, peneliti PTK tidak boleh menulis judul: "Bolavoli", "Atletik",

"Lari", atau "Pembelajaran Penjas". Judul yang ringkas tersebut ternyata malah tidak spesifik dan tidak jelas. Merumuskan judul yang ringkas, spesifik, dan jelas kadang terasa sesuatu yang amat relatif. Apalagi untuk mengejar kespesifikan judul, justru peneliti kadang justru harus mengembangkan kalimat yang panjang dalam judul. Demikian pula, untuk mendapatkan rumusan yang jelas sering justru rumusan harus mengarahkan pada pengembangan anak-anak kalimat yang memperpanjang rumusan judul. Sekadar ancer-ancer, banyak ahli yang menyarankan judul PTK itu tidak lebih dari 14 (empat belas kata). Maksudnya tidak termasuk kata sambung seperti: dan, terhadap, dengan, pada, di, dan lain-lain.

Contoh judul PTK dalam pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga yang ideal dalam hal pemenuhan syarat singkat, spesifik, dan jelas (kurang dari 14 kata):

- a. PTK Pendidikan jasmani: "Optimalisasi Penggunaan Media Belajar yang Dimodifikasi untuk Meningkatkan Keberanian Siswa SD dalam Pembelajaran Lari Gawang" (Jumlah kata yang digunakan adalah 12 kata).
- b. PTK Kepelatihan olahraga: "Peningkatan Hasil Latihan Kecepatan Reaksi melalui feedback triangulasi antara Sesama Atlet Anggar" (jumlah kata yang digunakan adalah 10 kata)

Untuk mendapatkan judul yang singkat, spesifik dan jelas, seorang calon peneliti PTK tidak boleh memaksakan diri merumuskan judul dengan menghitung kata-kata. Tingkat kecukupan kata-kata yang harus ditulis sebenarnya tergantung dari tingkat kecukupan dan kepatutan yang itu menjadi semacam hak individual dari seorang peneliti. Peneliti memiliki semacam sense tersendiri dalam merencanakan penelitian yang akan dilaksanakan.



### 3. Judul PTK: Menggambarkan Masalah Yang Akan Diteliti

Persyaratan kedua, adalah bahwa judul PTK itu harus menggambarkan secara jelas masalah yang akan diteliti. Maksudnya adalah judul PTK telah jelas variabel  $y$  atau variabel terikatnya. Variabel terikat ( $y$ ) dalam PTK adalah variabel masalah yang akan diangkat dan dipecahkan melalui serangkaian siklus-siklus dalam tindakan PTK. Variabel  $y$  itu sekaligus merupakan masalah sentral yang telah nyata diangkat dari persoalan praktis dan nyata terjadi di kelas/di lapangan. Masalah tersebut nyata dan terjadi pada saat guru pendidikan jasmani mengajar di kelas, atau seorang pelatih saat melatih di kelompok atlet cabang olahraga tertentu. Masalah tersebut telah ditemukanali dan dipilih guru/pelatih (bersama kolaborator) sebagai masalah yang urgen untuk dicari solusinya melalui tindakan tertentu.

Oleh karena masalah yang diangkat itu merupakan masalah riil yang benar-benar terjadi, maka masalah tersebut dapat berupa apa saja, dan itu berangkat dari situasi yang spesifik. Permasalahan itu yang jelas terbentuk dari adanya kesenjangan antara yang seharusnya dan yang senyatanya. Permasalahan tersebut menjadi benar-benar bermasalah jika telah memberikan efek yang sifatnya "menghambat", "mengganggu", bahkan "membelokkan arah" dalam pencapaian tujuan pembelajaran pendidikan jasmani atau kepelatihan cabang olahraga tertentu. Diluar itu bukan merupakan masalah jika tidak berefek buruk bagi proses dan hasil pembelajaran pendidikan jasmani maupun kepelatihan olahraga.

Permasalahan yang dijadikan variabel  $y$  bukan merupakan sekumpulan masalah, tetapi sebuah masalah terpilih yang dianggap urgen di antara masalah-masalah lain. Artinya variabel  $y$  merupakan masalah yang paling spesifik yang hendak dicarikan solusinya. Kebanyakan guru atau pelatih selalu memandang permasalahan itu datang secara kolektif, yang merupakan timbunan dari berbagai

masalah. Tetapi PTK tidak akan mencari solusi untuk semua masalah secara bersamaan. Ada sebuah pepatah: "cara tercepat untuk mengatasi problem atau masalah yang ruwet adalah dengan cara mengatasi masalah satu demi satu".

#### 4. Judul PTK: Menggambarkan Tindakan yang Dipilih

Persyaratan ketiga, yaitu judul PTK harus menggambarkan tindakan atau *action* yang dipilih. Artinya, judul PTK telah tersurat atau secara eksplisit menggambarkan tindakan penelitian yang dipilih untuk memecahkan masalah (jelas variabel *x* atau variabel bebasnya). Tindakan dalam PTK juga dapat berupa apa saja, mungkin berupa inovasi atau rekayasa (*engineering*) dalam hal penggunaan pendekatan atau metode, media, atau asesmen atau penilaian. Apapun tindakannya yang dipilih maka harus memiliki keterkaitan secara rasional dengan upaya mengatasi masalahnya (variabel *y*). Harus ada keterkaitan rasional antara tindakan yang dipilih dengan upaya mengatasi masalah. Bentuk dan jenis aksi yang dipilih juga merupakan hasil kesepakatan yang terbaik antara guru/pelatih sebagai peneliti utama dengan kolaboratornya.

Bentuk tindakan yang dipilih disamping memiliki keterkaitan yang rasional dengan masalah penelitiannya, juga harus dipertimbangkan aspek praktikalitinya. Tindakan harus benar-benar dapat dilaksanakan di tempat munculnya permasalahan. Pilihan tindakan jangan justru menimbulkan permasalahan baru dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani atau kepelatihan olahraga. Tindakan harus bersifat membumi dengan akar masalahnya dalam *setting* alamiahnya, bukan berupa tindakan *muluk-muluk* yang seolah-olah datangnya dari "langit".

## 5. Pola Judul PTK

Di samping anatomi judul PTK, maka setiap calon peneliti PTK juga harus mengenali pola judul PTK. Ditinjau dari bagaimana sebuah judul itu harus dipolakan, sebenarnya tidak ada satu pihak manapun yang memiliki kekuasaan merubah selera calon peneliti. Pola judul itu sebenarnya merupakan hak masing-masing peneliti. Namun ada semacam patokan yang secara khusus dapat dijadikan pegangan untuk membantu mempermudah dalam mempolakan judul PTK. Dari ratusan bahkan ribuan judul PTK sebenarnya kalau dicermati, hanya dapat dibedakan dan disederhanakan dalam bentuk tiga pola saja. Pola judul tersebut yaitu:

- Pola A : Optimalisasi Penerapan x untuk Meningkatkan y pada Siswa / Atlet
- Pola B : Peningkatan y melalui Penerapan x pada Siswa/ Atlet . . .
- Pola C : Penerapan x untuk Meningkatkan y pada Siswa/ Atlet . .

Contoh dari ketiga pola judul di atas adalah sebagaimana adalah sebagaimana tabel berikut:

**Contoh Pola Judul PTK yang memenuhi kriteria**

No	Pola	Contoh Judul
1	A	Contoh PTK Pendidikan Jasmani
		Optimalisasi Penerapan Penggunaan Film Animasi (X) untuk Meningkatkan Kemampuan Mengenali Gerakan Bagian-bagian Tubuh (Y) pada Siswa Kelas VIII.4 SMP Negeri 1 Surakarta Tahun 2010
		Contoh PTK Kepeleatihan
		Optimalisasi Penerapan Video Simulasi (X) untuk Meningkatkan Kemampuan Menirukan Gerakan <i>High Impact</i> (Y) pada <i>Atlet Discorobics</i> Manahan Surakarta Tahun 2010
2	B	Contoh PTK Pendidikan Jasmani

		Peningkatan Jiwa Kepemimpinan Siswa (Y) melalui Penerapan Model Belajar Berbasis <i>Outdoor Education</i> (X) pada Kelas Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Banjarmasin Tahun Ajaran 2009/2010.
		Contoh PTK Kepelatihan Olahraga
		Peningkatan Rasa Percaya Dili Atlet (Y) melalui Penerapan Model Latihan Berbasis <i>Outdoor Activity</i> (X) pada Atlet Bolabasket Yunior Bhineka Surakarta Tahun 2010.
		Contoh PTK Pendidikan Jasmani
3	C	Penerapan Model Belajar Permainan (X) untuk Meningkatkan Kemampuan Numerik (Y) pada Siswa Kelas VII.I SMP Negeri 1 Wonogiri Tahun 2010
		Contoh PTK Kepelatihan Olahraga
		Penerapan Variasi Bermain Futsal (X) untuk Meningkatkan Kemampuan Kerjasama (Y) pada Atlet Yunior Vita Surakarta Tahun 2010.

Pola judul sebagaimana tabel 7.2 di atas adalah contoh judul yang memenuhi kriteria syarat judul berdasarkan pola (A, B, atau C) dan kelengkapan komponennya. Namun untuk sampai pema-haman yang lebih mendalam, setiap calon peneliti PTK pendidikan jasmani atau kepelatihan olahraga juga harus mencoba mengenali contoh-contoh rumusan judul PTK yang tidak memenuhi kriteria. Tabel berikut akan menyajikan berbagai contoh judul yang tidak memenuhi kriteria PTK.

Pada bagian ini akan dicontohkan beberapa rumusan judul PTK, baik PTK pendidikan jasmani atau kepelatihan olahraga yang tidak memenuhi kriteria. Tidak memenuhi kriteria karena ada dua alasan, yaitu: (1) komponen tidak lengkap, dan (2) keke-liruan secara metodologis.

**Contoh Judul yang Tidak Memenuhi Kriteria dan Alasannya  
(Karena komponen tak lengkap)**

No	Contoh Judul yang Tidak Memenuhi Kriteria Karena Faktor Komponen	Alasan Tidak Memenuhi Kriteria
1.	<u>Contoh PTK Pendidikan Jasmani</u> : Meningkatkan Kemampuan Mengenali Gerakan Bagian-bagian Tubuh pada Siswa Kelas VIII.4 SMP Negeri 1 Surakarta Tahun 2010	Tidak menyertakan komponen tindakan (X), hanya masalahnya saja yang tersurat. Artinya dengan Aksi (X) apa?
	<u>Contoh PTK Kepeleatihan Olahraga</u> : Kemampuan Menirukan Gerakan HighImpactpada Atlet DiscorobicsManahan Surakarta Tahun 2010.	Tidak menyertakan komponen tindakan (X), hanya masalahnya saja yang tersurat. Artinya dengan Aksi (X) apa?
2	<u>Contoh PTK Pendidikan Jasmani</u> : Penerapan Model Belajar Permainan pada Siswa Kelas VII.I SMP Negeri 1 Wonogiri Tahun 2010	Tidak menyertakan komponen masalah (Y), hanya Aksinya (X) yang digambarkan. Artinya Aksinya itu untuk me-rubah masalah apa?
	<u>Contoh PTK Kepeleatihan Olahraga</u> : Penerapan Model Latihan Berbasis <i>Outdoor Activity</i> pada Atlet Bolabasket Yuniior Bhineka Surakarta Tahun 2010.	Tidak menyertakan komponen masalah (Y), hanya Aksinya (X) yang digambarkan. Artinya Aksinya itu untuk merubah masalah apa?

**Contoh Judul yang Tidak Memenuhi Kriteria dan Alasannya  
(Karena Aspek Metodologis)**

No	Contoh Judul yang Tidak Memenuhi Kriteria Karena Faktor Metodologis	Alasan Tidak Memenuhi Kriteria
1	Pengaruh Frekwensi Senam Kesegaran Jasmani (SKJ) per Minggu terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putera SMP Negeri 1 Surakarta Tahun 2010.	Mengarah pada penelitian Eksperimen, bukan PTK dalam pendidikan Jasmani.
	Pengaruh Latihan Berbeban Dengan Pola Progresif - Meningkatkan Terhadap Perubahan Kapasitas Vital Atlet Lari Jarak Menengah Pada Atlet Club Dragon Salatiga Tahun 2010.	Mengarah pada penelitian Eksperimen, bukan PTK dalam kepelatihan olahraga.
2	Efek Kekurangan Pemanasan Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Peluang Terjadinya Cedera Sendi Dan Otot Pada Siswa SMP Negeri 1 Sukoharjo Tahun 2010.	Mengarah pada penelitian Ex Post Facto, bukan PTK dalam pendidikan jasmani.
	Pengaruh Fungsional Penggunaan Protector terhadap Tingkat Ke-fatalan Cedera pada Atlet Beladiri dalam PON XVII Kalimantan Timur.	Mengarah pada penelitian Ex Post Facto, bukan PTK dalam kepelatihan olahraga.
3	Hubungan antara Latar Belakang Status Sosial Orang Tua dengan Hasil Belajar Siswa dalam Mapel Pendidikan Jasmani pada Siswa SMA 1 Sukoharjo tahun 2010.	Mengarah pada penelitian Studi Korelasional, bukan PTK dalam pendidikan jasmani.
	Hubungan antara Konsep Diri dan Motivasi Berprestasi ter-	Mengarah pada penelitian Studi Korelasional, bukan PTK

	hadap Pencapaian Peak Performance pada Atlet Pelatda Jateng Tahun 2010.	dalam kepelatihan olahraga..
4.	Uji Coba Pemanfaatan Modul Gerak Aplikatif Untuk Meningkatkan Pemahaman Konsep Gerak Dasar Pada Siswa SD Negeri I - IV Surakarta Tahun 2010.	Mengarah pada penelitian Pengembangan, bukan PTK dalam pendidikan jasmani
	Efektivitas dan Efisiensi Pegangan Lembing gaya "manahan" untuk meningkatkan Prestasi Lempar Lembing Atlet Pelatda Atletik Jawa Tengah Tahun 2010.	Mengarah pada penelitian Pengembangan, bukan PTK dalam kepelatihan olahraga.

#### A. Komponen 2: Latar Belakang Masalah

Latar belakang berisi tentang deskripsi naratif dan pemaparan tentang adanya situasi problematis yang dirasakan guru waktu mengajar atau pelatih waktu melatih. Situasi problematis tersebut harus benar-benar terjadi secara nyata, bukan hanya sesuatu yang ada dalam pikiran dan asumsi guru atau pelatih. Sudah barang tentu tidak semua masalah dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga itu layak diangkat menjadi sebuah permasalahan untuk PTK. Guru/pelatih harus dapat memilahkan antara permasalahan yang harus dipecahkan solusinya dengan penelitian dan permasalahan yang cara mengatasinya cukup dengan cara tertentu. Guru/pelatih juga harus dapat memilahkan persoalan yang diteliti dengan PTK atau dengan penelitian formal.

Substansi latar belakang masalah PTK terkait dengan beberapa hal yang perlu diperhatikan, yaitu: (1) Apa permasalahan yang diangkat?; (2) bagaimanakah sifat permasalahannya?; (3) adalah data pendukung yang perlu dimunculkan untuk memperkuat terjadinya masalah?; (4) adakah penjelasan tentang analisis untuk mencari akar permasalahannya?.

## 1. Masalah yang Layak Diangkat dalam PTK

Terdapat beberapa pertimbangan dalam memilih dan memilahkan permasalahan yang layak diangkat dalam PTK. Tetapi setidaknya-tidaknya ada beberapa ketentuan, yaitu: (1) masalah yang diangkat dalam PTK harus Jelas dan bukan hasil kajian teoretik. Artinya bahwa permasalahan memang nyata terjadi di sekolah/di tempat latihan; (2) dapat terinspirasi dari hasil penelitian terdahulu atau dari penelitian yang telah dilakukan orang lain (penelitian relevan), tetapi digali dari permasalahan pembelajaran/ kepelatihan yang aktual; (3) masalah didiagnosis secara kolaboratif oleh guru/ pelatih dan pihak kolaborator.

## 2. Sifat Masalah PTK:

Permasalahan PTK dalam pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga harus memiliki sifat: (1) penting dan mendesak untuk dipecahkan, dan (2) dapat dilaksanakan, dengan memper-timbangkan ketersediaan waktu, biaya dan daya dukung lainnya.

Tidak semua masalah yang dianggap penting itu mendesak untuk diteliti dan dipecahkan oleh guru/pelatih. Tidak semua masalah yang dianggap penting itu disarankan untuk diteliti, jika memang hal tersebut berada di luar kewenangan dan kemampuan peneliti. Tidak dapat dipaksa-paksakan untuk diteliti karena mungkin keterbatasan daya dukung seperti waktu, biaya, sarana dan prasarana.

## 3. Identifikasi Masalah Disertai Data Pendukung

Penyertaan data pendukung pada bagian latar belakang masalah, mutlak dilakukan untuk memberikan penguatan tersendiri bahwa masalahnya memang nyata dan riil terjadi di kelas penjas/lapangan kepelatihan olahraga. Data pendukung bukan sekadar "pemanis" atau aksesoris, tetapi merupakan penjelasan faktual bahwa persoalan yang diangkat bukan sekadar asumsi peneliti saja. Latar belakang dalam proposal PTK tidak boleh *byassumption*. Artinya bukan hanya penjelasan-



penjelasan yang merupakan asumsi atau prasangka pribadi peneliti. Data dapat berupa data kuantitatif maupun kualitatif. Apapun jenis datanya, latar belakang masalah yang disertai data pendukung akan memiliki kejelasan dalam membimbing arah pemecahan solusi. Adanya data pendukung akan semakin memperkuat keterkaitan secara rasional antara masalah pokok penelitian dengan alternatif tindakan yang dipilih.

Contoh penggalan latar belakang masalah PTK tanpa data pendukung : " .....Minat mengikuti KBM Penjas siswa di SMP kelas VII sangat rendah, terutama jika materi atau sub pokok bahasan atletik nomor lari. Rendahnya minat siswa tersebut tentunya akan menimbulkan masalah jangka panjang dalam pelaksanaan Penjas di sekolah terutama di SMP. Oleh karena itu, perlu dilakukan semacam tindakan yang dilaksanakan secara kolaboratif. Yakni tindakan untuk meningkatkan minat siswa dalam proses pembelajaran atletik.....

Bandungkan dengan contoh penggalan latar belakang masalah PTK yang disertai *data* pendukung berikut: "Jumlah siswa yang ijin tidak mengikuti pelajaran materi atletik nomor lari bertambah selama 3 bulan terakhir. Catatan presensi menunjukkan bahwa pada pertemuan 1 jumlah yang ijin 5 orang siswa, mulai pertemuan 2 sampai berikutnya, jumlah yang ijin semakin menuju pada angka 20% dari jumlah siswa di kelas. Sebagian besar dari mereka tidak memiliki alasan yang jelas, bahkan ada kesan mereka ijin dengan cara berpura-pura sakit atau tidak enak badan..... Oleh karena itu, perlu dilakukan semacam tindakan yang dilaksanakan secara kolaboratif. Yakni tindakan untuk meningkatkan minat siswa dalam proses pembelajaran atletik.....

#### **4. Menentukan Akar Masalah PTK**

Dalam penelitian praktis, latar belakang masalah juga harus sudah menjelaskan secara naratif tentang proses penemuan akar masalah. Masalah praktis yang bersifat alami dan faktual. Penentuan akar permasalahan akan

mengarahkan pada efek faktual dari tindakan-tindakan logis-rasional yang dipilih untuk memperoleh solusi dalam PTK. Proses penemuan akar masalah serta pemilihan tindakan, merupakan produk awal yang sangat berharga sebagai hasil proses kooperatif antara peneliti dan kolaborator. Oleh karena itu, kehadiran kolaborator itu ternyata sudah harus dilakukan sebelum peneliti utama menyusun latar belakang masalah. Peneliti tidak mungkin mampu menuliskan akar permasalahan di dalam latar belakang proposalnya kalau belum memiliki kolaborator.

Analisis untuk menentukan akar penyebab masalah dilakukan secara kolaboratif antara peneliti utama dengan kolaborator. Penentuan tersebut dilakukan melalui proses *sharing* yang menuju pada kesepakatan antara peneliti utama dan kolaborator. Bagaimana *sharing* tersebut dilakukan secara riil? Kita gunakan rontohnya adalah pada situasi problematis pada contoh C.3 di atas. Ketika situasi problematis tersebut sudah dapat dipahami, maka antara peneliti utama dan kolaborator harus secara bersama-sama menganalisis faktor penyebabnya. Baik peneliti utama maupun kolaborator, keduanya memiliki cara pandang dalam menemukan akar penyebab masalah termasuk solusinya. Melalui proses nego yang terjadi di antara peneliti dan kolaborator akan menghasilkan sebuah kesepakatan final tentang: (1) penyebab utama permasalahan atau fokus masalah praktisnya, dan (2) tindakan yang disepakati untuk mengatasi masalah utamanya tersebut.

### **Komponen 3: Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam PTK bersifat spesifik dan operasional, artinya masalah yang dirumuskan harus dapat membantu peneliti utama dan kolaborator untuk lebih menuju pada arah pencarian jawaban pemecahan masalah praktis. Rumusan masalah disusun: (1) dalam bentuk rumusan masalah PTK, yaitu ada alternatif tindakan yang akan diambil, (2) relevan dengan judul PTK; dan (3) menggunakan kalimat tanya atau *interogative form*.

PTK itu pada prinsipnya menguji adanya hipotesis tindakan. Dileh karena itu bentuk pertanyaan dalam rumusan masalah tidak berbentuk pertanyaan tentang apa (*what*), tetapi mengarah pada pertanyaan tentang bagaimana (*how*). Rumusan masalah dalam bentuk pertanyaan tentang apa (*what*) lazimnya digunakan untuk pengujian hipotesis penelitian-penelitian formal, terutama untuk rumusan masalah tentang ada tidaknya hubungan antar variabel atau perbandingan/pengaruh antar variabel. Dalam penelitian-penelitian masalah praktis, termasuk PTK, bentuk pertanyaannya lebih mengarah pada bagaimanakah (*how*).

Contoh rumusan masalah pada PTK pendidikan jasmani:  
"Bagaimanakah penerapan metode bermain dapat meningkatkan minat dan partisipasi siswa dalam mengikuti Pokok bahasan Atletik pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Selogiri Tahun Ajaran 2008/2009?"

Contoh rumusan masalah pada PTK kepelatihan olahraga:  
"Bagaimanakah modifikasi latihan futsal dapat meminimalkan kebosanan serta menumbuhkan gairah kerjasama tim pada atlet bolavoli pada Pemusatan Latihan Nasional (Pelatnas) Sentul Bogor tahun 2010?"

#### **B. Komponen 4: Rumusan Tujuan Penelitian**

Tujuan dirumuskan secara singkat dan jelas berdasarkan permasalahan dan cara pemecahan masalah yang dikemukakan. Tujuan harus bersifat paralel dengan masalah yang dirumuskan, karena apa yang dituju dalam PTK adalah untuk mencari arah jawaban praktis atas pertanyaan dalam rumusan masalah tersebut. Mengacu pada contoh rumusan masalah di atas, maka berikut ini akan dicontohkan tentang bagaimana merumuskan tujuan penelitian yang benar.

Contoh rumusan tujuan pada PTK pendidikan jasmani:  
"Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini bertujuan untuk meningkatkan minat dan partisipasi siswa dalam mengikuti Pokok bahasan Atletik melalui penerapan metode bermain dapat pada

Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Selogiri Tahun Ajaran 2008/2009."

Contoh rumusan tujuan pada PTK kepelatihan olahraga: "Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini bertujuan meminimalkan kebosanan serta menumbuhkan gairah kerjasama tim pada atlet bolavoli melalui modifikasi latihan futsal pada Pemusatan Latihan Nasional (Pelatnas) Sentul Bogor tahun 2010."

### C. **Komponen 5: Uraian Manfaat Penelitian**

Isi pokok uraian tentang manfaat penelitian, setidaknya-tidaknya mengandung dua hal, yaitu: (1) manfaat diuraikan secara jelas dan sistematis dan bukan merupakan harapan-harapan atau angan-angan "kosong" dari peneliti. Manfaat merupakan dampak rasional atas pemecahan masalah utama penelitian melalui tindak-an yang dipilih. Manfaat merupakan sisi pragmatis dari sebuah hasil penelitian, ketika penelitian tersebut dilaksanakan dan memperoleh hasil. Hasil dari PTK adalah pemecahan masalah praktis, sehingga manfaatnya tersebut berupa solusi atas permasalahan utamanya; dan (2) pada uraian tentang manfaat penelitian harus disebutkan pula beberapa pihak yang mendapatkan manfaat, terutama terkait secara langsung dengan kegiatan PTK yang dilaksanakan.

Pada PTK pendidikan jasmani, kemukakan manfaat bagi guru, siswa, serta komponen pendidikan terkait di sekolah. Contoh: (1) bagi guru: melalui PTK ini guru dapat menerapkan strategi pembelajaran yang menyenangkan, khususnya untuk meningkatkan minat dan partisipasi siswa dalam pembelajaran atletik; (2) bagi siswa: hasil penelitian ini bermanfaat bagi siswa yang bermasalah dalam mengikuti pembelajaran atletik dengan cara konvensional; (3) bagi sekolah: hasil penelitian ini membantu memperbaiki pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

Sedangkan pada PTK kepelatihan olahraga, kemukakan manfaat bagi pelatih, atlet, serta komponen kepelatihan terkait di klub olahraga atau tempat pemusatan latihan olahraga. Contoh: (1) bagi pelatih: melalui PTK ini pelatih dapat

menerapkan strategi/metode/variasi latihan yang menyenangkan, khususnya untuk meningkatkan minat dan partisipasi atlet dalam mengikuti serangkaian program latihan harian maupun mingguan; (2) bagi atlet: hasil penelitian ini bermanfaat bagi atlet terutama yang merasakan kebosanan atau boring dalam mengikuti latihan-latihan rutin melalui cara konvensional; (3) bagi klub/ tempat pemusatan latihan: hasil penelitian ini membantu memperbaiki situasi dan meningkatkan mutu pelaksanaan program latihan dalam *micro cycle*, *meso cycle*, maupun *macro cycle*.

#### **D. Komponen 6: Kajian Pustaka**

Kendatipun PTK tidak untuk menguji teori, kajian pustaka di dalam PTK juga merupakan keharusan karena memiliki tujuan untuk: (1) membantu peneliti dalam memecahkan masalah penelitiannya, dan (2) memperoleh gambaran tentang kedudukan penelitiannya terhadap penelitian-penelitian lain. Hal tersebut tentu amat berbeda dengan kajian pustaka pada beberapa penelitian formal. Kajian pustaka dalam penelitian formal mengarah dan mengerucut untuk kepentingan uji hipotesis keterkaitan antar variabel.

Kajian pustaka dalam PTK memiliki berbagai fungsi penting, yaitu untuk: (1) mengetahui kronologi masalah; (2) membantu pemilihan prosedur; (3) memahami latar belakang teoretis masalah penelitian; (4) mengetahui manfaat penelitian sebelumnya; (5) menghindari duplikasi, dan (5) memberikan pembenaran pemilihan masalah penelitian.

Berbagai sumber kepustakaan dapat digunakan untuk menggali informasi yang relevan dengan masalah PTK. Sumber kepustakaan dapat berupa buku, literatur, terbitan berkala, jurnal ilmiah, artikel di harian atau majalah, bahkan dapat diakses dari sumber-sumber internet. Apapun sumber kepustakaan yang perlu diperhatikan adalah relevansinya dengan fokus masalah utama PTK. Dalam kajian pustaka penelitian praktis, peneliti tidak dituntut mengejar keluasan dan kedalaman informasi teoretisnya, tetapi lebih mengacu

pada kebutuhan mencukupi informasi yang relevan. Relevan dengan masalah PTK dan tindakan atau aksi yang diterapkan.

Kajian teori PTK dalam pendidikan jasmani terutama akan membahas tentang: teori-teori berperilaku, belajar motorik, perkembangan motorik, penilaian hasil belajar, media pembelajaran, psikologi dan sosiologi pembelajaran. Sementara itu teori PTK dalam kepelatihan olahraga terutama membahas dan mengkaji tentang: teori-teori berperilaku, belajar motorik, perkembangan motorik, evaluasi performa atlet, sarana dan prasarana latihan olahraga, psikologi dan sosiologi olahraga, hukum-hukum latihan, dan sebagainya. Di dalam PTK, Informasi atas kajian teori yang relevan dideduksikan untuk mengarah pada penyusunan hipotesis tindakan. .

Yang perlu digarisbawahi dalam kajian pustaka adalah bahwa peneliti harus mengupayakan kecukupan informasi yang aktual tentang : (1) penjelasan relevan atas variabel masalah pokok yang di-PTK-kan, dan (2) penjelasan relevan atas tindakan atau action PTK. Penjelasan atau kajian atas masalah pokok dan tindakan tersebut akan dideduksikan dan diramu untuk menyusun kerangka berfikir. Kerangka berfikir selanjutnya akan dijadikan dasar penyusunan hipotesis tindakan.

Penjelasan relevan atas variabel masalah pokok dan tindakan dalam pendidikan jasmani misalnya, pasti banyak terkait dengan persoalan praktis dalam pembelajaran pendidikan jasmani, sebagai contoh, jika permasalahan PTK adalah: "Bagaimanakah kejenuhan siswa dalam pembelajaran atletik dapat diminimalkan melalui pendekatan bermain? Maka dalam kajian pustaka proposal, peneliti pengusul juga sudah harus melakukan kupasan teoretis dan mengacu hasil-hasil penelitian relevan. Peneliti tidak perlu mengupas tentang sejarah atletik serta jenis-jenis nomor atletik, tetapi pengusul penelitian sudah harus menitik pada aspek tentang. Hakikat "Kejenuhan" siswa dalam aktivitas pembelajaran, ditinjau dari

berbagai sisi, seperti sebab internal dan eksternal, dampak-dampak buruk bagi pencapaian tujuan, upaya mengatasinya, dan lain-lain. Hal lain yang harus dilakukan adalah mengupas tentang variabel tindakannya, yakni "*pendekatan bermain*". Hakikat pendekatan bermain dikupas untuk memperoleh jamparan mendasar tentang efek-efek edukatif dan efek menyenangkan dari bermain.

Kerangka berfikir secara logis disusun berdasarkan keterkaitan antara variabel masalah dan variabel tindakan. Proses logika tersebut sekaligus menunjukkan bahwa tindakan apapun yang dilakukan untuk mengatasi masalah, adalah tindakan yang logis dan rasional. Tindakan logis-rasional untuk mengatasi masalah praktis akan diteruskan dengan upaya empirik dengan berpedoman pada "hipotesis tindakan". Jadi fungsi hipotesis tindakan sebenarnya lebih mengarah pada fungsi pemandu arah dan bentuk penelitian. Hal tersebut tentu sangat berbeda dengan hipotesis pada penelitian formal karena cenderung pada fungsi verifikasi dan pengujian-pengujian, baik hipotesis tentang hubungan antar variabel, maupun hipotesis tentang perbedaan/ pengaruh antar variabel.

#### **E. Komponen 7: Metode Penelitian**

Komponen metode penelitian di dalam proposal PTK merupakan komponen yang sangat penting, karena berisi tentang skenario prosedural pelaksanaan PTK. Oleh karena itu setidaknya dalam bagian ini, perlu dituangkan secara jelas tapi padat tentang : (1) *setting* atau tempat dan waktu penelitian; (2) subjek penelitian; (3) prosedur penelitian yang berisi rancangan siklus; (4) teknik pengumpulan data; dan (5) analisis data. Pembahasan tentang isi metode PTK tersebut dapat disimak pada Bab sebelumnya.

1. Tempat dan Waktu Penelitian
2. Subjek Penelitian
3. Sumber Data
4. Teknik Pengumpulan Data
5. Teknik Analisis Data
6. Prosedur Penelitian

## F. Komponen 8:Jadwal Penelitian

Kendatipun ada yang beranggapan tidak penting dalam proposal, jadwal penelitian sebenarnya merupakan komponen yang memiliki arti sendiri. Penyusunan jadwal walaupun bersifat tentatif, memiliki arti sebagai pengarah dalam pemanfaatan waktu. Jadwal merupakan bukti keseriusan peneliti dalam merencanakan penelitian. Jadwal juga dapat dijadikan indikator kelayakan akan keberhasilan pelaksanaan penelitian yang direncanakan. Banyak proposal bagus yang tidak dapat ditindaklanjuti sebagai penelitian yang bagus, hanya karena penyusun proposal tidak tepat menyusun jadwal sehingga bertumbukan dengan kegiatan-kegiatan penting yang lainnya.

Jadwal kegiatan agar dapat mudah dipahami maka sebaiknya disusun dalam bentuk bar chart. Dengan penjadwalan bentuk bar chart, maka segala bentuk kegiatan berikut alokasi waktu yang disediakan akan mudah dipahami, baik oleh peneliti maupun bagi orang lain. Contoh bar chart adalah sebagai berikut:

### Contoh *barchart* Jadwal Rencana Kegiatan PTK

Kegiatan pokok PTK	Sesi ke:									
• Siklus I Perencanaan, Pelaksanaan dan Observasi, Ref leksi										
• Siklus II Perencanaan, Pelaksanaan dan Observasi, Refleksi										
• Siklus III Perencanaan, Pelaksanaan dan Observasi, Refleksi										

Catatan: Jadwal *PTK* sangat bersifat tentatif dan hanya bersifat alokasi yang diprediksikan, karena ketercapaian indikator setiap siklus tidak dapat dipastikan oleh variabel banyak sedikitnya sesi yang digunakan.



### **G. Komponen 9: Rincian Biaya Penelitian**

Dalam proposal PTK, terutama PTK akademik tidak diwajibkan untuk menyusun komponen biaya penelitian ini. PTK akademik lebih menekankan substansi rencana PTK. Tetapi dalam PTK profesional, rincian biaya penelitian menjadi komponen yang sangat penting. Komponen biaya untuk rencana pelaksanaan PTK sebenarnya juga merupakan prediksi. Rencana biaya dapat dijadikan sebagai rujukan kelayakan sebuah rencana PTK. Ada sebuah proposal yang sangat ideal dan sangat layak sebagai sebuah PTK, tetapi ketika penelitian tersebut diprediksikan membutuhkan biaya yang sangat besar dalam pelaksanaannya, maka bisa jadi penelitian itu menjadi sangat tidak layak.

Komponen biaya penelitian yang ditulis secara rinci juga merupakan bagian tak terpisahkan dari kadar akuntabilitas (pertanggungjawaban) peneliti, terutama jika PTK tersebut memang dilaksanakan dari dana sponsor. Komposisi dan prosentase komponen biaya biasanya akan mengikuti acuan-acuan tertentu yang disusun berdasarkan tingkat kepatutan atau ketentuan tarif yang berlaku. Misalnya: honorarium peneliti utama dan kolaborator maksimum 25% dari total anggaran, perjalanan maksimum 15%, operasional kegiatan seluruh siklus maksimum 45%, penyusunan laporan maksimum 10%, dan pos-pos lain yang diperlukan. Tetapi sebaiknya dalam perposal tersebut pengusul tidak mengalokasikan dana tak terduga.

### **H. Komponen 10 : Hasil Penelitian dan Pembahasan**

1. Deskripsi *setting* penelitian berikan gambaran kondisi lapangan saat tindakan dilakukan, secara kualitatif maupun kuantitatif tentang semua aspek yang dapat direkam pada waktu penelitian
2. Hasil penelitian

Sajikan dengan data lengkap dari setiap siklus, sehingga memberikan gambaran yang jelas perubahan atau perbaikan yang diperoleh dari hasil kegiatan observasi, menyangkut berbagai aspek konsentrasi penelitian. Sajian data ini dapat dibuat dalam bentuk grafik atau tabel dengan diberikan berbagai penjelasan dan analisis data.

### 3. Pembahasan

Rangkum hasil penelitian dari seluruh siklus dan semua aspek konsentrasi penelitian dengan diformulasikan kedalam bentuk tabel, grafik, serta dibahas tiap aspek dengan berbagai alasan yang rasional dan logis. Jika jika dapat dikuatkan dengan teori yang relevan maka dapat meningkatkan kualitas pemahasan hasil penelitian.

## I. Komponen 11: Simpulan dan Saran

### 1. Simpulan

Kemukakan simpulan yang diperoleh dari hasil analisis pada bab sebelumnya, dengan memperhatikan perumusan masalah dan tujuan penelitiannya.

### 2. Saran

Ada dua macam saran: a, saran untuk penelitin lanjutan, b, untuk menerapkan hasil penelitian.

#### a. Saran untuk penelitian lanjutan

Utarakan keterbatasan penelitiannya, kemudian sampaikan saran.

- Mengingat pelaksanaan penelitian ini baru berjalan 3 siklus, maka peneliti/guru/pelatih lain dapat melanjutkan untuk mendapatkan temuan yang lebih signifikan.
- Instrumen tes yang digunakan dalam penelitian ini masih merupakan instrumen yang tingkat validitasnya belum memuaskan. penelitian

berikutnya dapat mencobanya dengan instrumen yang lebih standar.

b. Saran untuk penerapan hasil penelitian

Inti hasil penelitian terdahulu perlu disampaikan, kemudian sampaikan saran dengan bahasan yang halus/tidak ambisius.

Contoh :

- Mengingat metode latihan “dengan menggunakan variasi dan media audio visual” dapat mendorong siswa lebih aktif, sekolah dengan karakteristik yang relative sama dapat menerapkan strategi pembelajaran serupa untuk meningkatkan partisipasi siswa secara lebih aktif.
- Metode latihan dengan Media visualisasi dapat mendorong siswa lebih berminat terhadap pembelajaran olahraga, sekolah yang memiliki masalah pembelajaran yang relative sama dapat menerapkan media visualisasi untuk meningkatkan minat siswa pada pembelajaran olahraga.

**J. Komponen 12: Daftar Pustaka**

Proposal PTK harus menyertakan Daftar Pustaka pada bagian akhir proposal sebelum lampiran. Hal tersebut demi untuk meyakinkan lagi bahwa proposal yang disusun telah merupakan standar sebuah proposal ilmiah. Daftar Pustaka dalam proposal PTK tidak boleh hanya dianggap sebagai pelengkap, tetapi harus disertakan karena memang suatu keharusan. Berikut ini akan dikemukakan beberapa hal penting terkait dengan penulisan daftar pustaka dalam sebuah proposal PTK.

1. Daftar Pustaka dituliskan secara konsisten dan alfabatis sesuai dengan salah satu model baku.
2. Sumber yg dicantumkan dalam Daftar Pustaka hanya yg benar-benar dirujuk dalam naskah batang tubuh.

3. Semua sumber yang dirujuk di dalam batang tubuh harus dicantumkan di dalam Daftar Pustaka. Contoh penulisan Daftar Pustaka adalah sebagai berikut (sumber pustaka yang dicontohkan, baik nama pengarang mau-pun judulnya hanya fiktif, sekedar untuk contoh tentang kelazim-an akan struktur penulisannya):
- BUKU  
Doel Sumbang. (2010). *Cam Mcnyanyi Tidak Sumbang*. Jakarta: Penerbit Perkusi Press.  
Doel Gepuk. (2010). *Cara Mudah Berlatih Beladiri Secara Otodidak*. Surakarta: Penerbit Manahan Press & CO.
  - ARTIKEL/BAB DALAM SUATU BUKU  
Iwan Fals. (2010). Menghindari Suara Fals, dalam Sudewo.
  - *Kiat Belajar Bernyanyi*. Surakarta: Penerbit Manahan Asvik Press, hal 205 - 275.

## E. PENELITIAN PENGEMBANGAN (RESEARCH AND DEVELOPMENT)

Penelitian pengembangan adalah suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan. Produk yang dihasilkan antara lain: bahan pelatihan untuk guru, bentuk latihan, instrumen penilaian, materi belajar, media, soal, dan sistem pengelolaan dalam pembelajaran/pelatihan olahraga

Karakteristik dan Motif Penelitian Pengembangan Menurut Wayan (2009) ada 4 karakteristik penelitian pengembangan antara lain :

1. Masalah yang ingin dipecahkan adalah masalah nyata yang berkaitan dengan upaya inovatif atau penerapan teknologi dalam pembelajaran sebagai pertanggung jawaban profesional dan komitmennya terhadap pemerolehan kualitas pembelajaran.
2. Pengembangan model, pendekatan dan metode pembelajaran serta media belajar/latihan yang menunjang keefektifan pencapaian kompetensi siswa.
3. Proses pengembangan produk, validasi yang dilakukan melalui uji ahli, dan uji coba lapangan secara terbatas perlu dilakukan sehingga produk yang dihasilkan bermanfaat untuk peningkatan kualitas pembelajaran. Proses pengembangan, validasi, dan uji coba lapangan tersebut seyogyanya dideskripsikan secara jelas, sehingga dapat dipertanggung jawabkan secara akademik.
4. Proses pengembangan model, pendekatan, modul, metode, dan media pembelajaran/latihan perlu didokumentasikan secara rapi dan dilaporkan secara sistematis sesuai dengan kaidah penelitian yang mencerminkan originalitas.

## **SISTEMATIKA PENULISAN DALAM PENELITIAN PENGEMBANGAN**

ABSTRAK

KATA PENGHANTAR

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

DAFTAR GAMBAR

DAFTAR LAMPIRAN

### **BAB I. PENDAHULUAN**

- A. Latar Belakang Masalah
- B. Fokus Penelitian
- C. Perumusan Masalah
- D. Kegunaan Hasil Penelitian

### **BAB II. KAJIAN TEORITIK**

- A. Konsep Pengembangan Model
- B. Konsep Model yang dikembangkan
- C. Kerangka Teoritik
- D. Rancangan Model

### **BAB III. METODOLOGI PENELITIAN**

- A. Tujuan Penelitian
- B. Tempat dan Waktu Penelitian
- C. Karakteristik Model yang dikembangkan
- D. Pendekatan dan Metode Penelitian
- E. Langkah-langkah Pengembangan Model
  - 1. Penelitian Pendahuluan
  - 2. Perencanaan Pendekatan Model
  - 3. Validitas, Evaluasi, dan Revisi Model
  - 4. Implementasi Model

### **BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

- A. Hasil pengembangan Model
  - 1. Hasil Analisis Kebutuhan
  - 2. Metode Draft 1
  - 3. Metode Draft 2
  - 4. Model Final
- B. Kelayakan Model (Teoritik dan Emperik)
- C. Epektifitas Model (melalui uji coba)

D. Pembahasan

## **BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan

B. Saran

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

## **Bagian Pokok dan Penjelasan dalam Penelitian Pengembangan**

### **BAB I. PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Peneliti memaparkan latar belakang permasalahan berupa fakta yang memberikan informasi bahwa model yang sedang dilaksanakan belum efektif untuk mencapaitujuan berdasarkan hasil penelitian pendahuluan. Permasalahan dapat dimaknai sebagai kesenjangan antara yang seharusnya atau yang ideal dengan apa yang ada di lapangan. Latar belakang masalah memuat apa, mengapa, dan bagaimana serta untuk apa model dikembangkan.

#### **1.2 Fokus Penelitian**

Peneliti menetapkan fokus permasalahan berdasarkan latar masalah yang ada dan dinyatakan dalam bentuk pernyataan.

#### **1.3 Perumusan Masalah**

Peneliti merumuskan masalah berkaitan dengan model yang akan dikembangkan, berorientasi pada teori pengembangan model yang dinyatakan dalam kalimat pertanyaan. Perumusan masalah merupakan usaha untuk mengemukakan pertanyaan-pertanyaan penelitian secara eksplisit yang akan terjawab melalui pengembangan model.

#### **1.4 Kegunaan Hasil Penelitian**

Peneliti memaparkan kegunaan penelitian pengembangan model untuk memberikan solusi alternatif bagi pemenuhan kebutuhan pengguna dalam rangka peningkatan mutu pendidikan.

## **BAB II. KAJIAN TEORETIK**

### **2.1 Konsep Pengembangan Model**

Peneliti mendeskripsikan secara konseptual teori pengembangan model yang ada dengan menganalisis kekuatan dan kelemahan masing-masing teori. Peneliti juga menjelaskan relevansi model yang dipilih dengan konsep model yang akan dikembangkan. Selanjutnya, peneliti menguraikan langkah-langkah model yang akan dikembangkan

### **2.2 Konsep Model yang Dikembangkan**

Peneliti mendeskripsikan konsep yang mendasari pengembangan model. Setiap model dikembangkan berlandaskan paradigma/teori tertentu. Pada tesis minimal 5 (lima) rujukan konsep dan disertasi minimal 7 (tujuh) rujukan konsep. Setelah mendeskripsikan dan menganalisis beberapa konsep maka peneliti melakukan sintesis untuk menentukan konstruk atau konsep peneliti tentang model yang akan dikembangkan.

### **2.3 Kerangka Teoretik**

Peneliti menuliskan kerangka teoretik diawali dengan mendeskripsikan beberapa model yang ada dengan mengungkapkan kelebihan, kelemahan, dan perbedaan dengan model yang dikembangkan peneliti. Kemudian, peneliti melakukan analisis keefektifan model yang akan dikembangkan sampai akhirnya peneliti menentukan pilihan model yang akan dikembangkan atas dasar dukungan teori. Apabila model yang digunakan diadaptasi dari model yang sudah ada, maka perlu dijelaskan alasan memilih model tersebut untuk diadaptasi/dikembangkan, komponen-komponen yang disesuaikan, dan kaitan antarkomponen yang terlibat dalam pengembangan.

### **2.4 Rancangan Model**

Peneliti menyajikan rancangan atau desain model dalam bentuk bagan (*flowchart*), disertai penjelasan alur yang ada pada bagan.



## **BAB III. METODOLOGI PENELITIAN**

### **3.1 Tujuan Penelitian**

Peneliti menjelaskan tujuan penelitian yang dilakukan. Tujuan penelitian harus sesuai dengan rumusan penelitian.

### **3.2 Tempat dan Waktu Penelitian**

Peneliti mendeskripsikan di mana lokasi penelitian dilakukan dan waktu yang digunakan selama penelitian mulai dari penyusunan rencana penelitian (proposal) hingga penyusunan laporan penelitian itu selesai dilakukan

### **3.3 Karakteristik Model yang dikembangkan**

Peneliti mendeskripsikan karakteristik sasaran penelitian yang digunakan sebagai objek dalam pengembangan model.

### **3.4 Pendekatan dan Metode Penelitian**

Peneliti mengemukakan pendekatan dan metode yang digunakan dalam mengembangkan model.

### **3.5 Langkah-langkah Pengembangan Model**

#### **a. Penelitian Pendahuluan**

Peneliti memaparkan hasil peneltiian pendahuluan berupa analisis kebutuhan (Need Assesment). Peneliti juga menjelaskan bahwa model yang dihasilkan benar-benar model sesuai dengan kebutuhan (based on need), sehingga penjelasan menggambarkan kebutuhan model tersebut sebagai jawaban atas kesenjangan {gap} antara keadaan yang seharusnya (ideal) dengan kenyataan yang ada. Dalam bagian ini peneliti juga menjelaskan metode penelitian yang digunakan pada studi pendahuluan. Peneliti juga menjelaskan instrumen yang digunakan serta validasi instrumen tersebut.

#### **b. Perencanaan Pengembangan Model**

Peneliti memaparkan rancangan model yang dikembangkan berupa sintaks model. Dalam perencanaan model ini peneliti menentukan kriteria kualitas model yang mencakup kevalidan, kepraktisan, dan keefektifan model. Peneliti juga menjelaskan teknik yang digunakan untuk mengukur kualitas model tersebut. Bila menggunakan expert judgment, maka hams dijelaskan sejauhmana keterlibatannya

dalam pengembangan model tersebut. Pada tahap ini sudah dihasilkan rancangan model yang siap untuk divalidasi.

c. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model

Peneliti menjelaskan:

1. Proses dan hasil validasi konsep melalui telaah pakar dan/atau panel
2. Prosedur dan hasil uji coba model, termasuk menjelaskan sasaran uji coba model
3. Prosedur dan hasil evaluasi berdasarkan data uji coba dengan menjelaskan teknik dan kriteria evaluasi yang digunakan
4. Bagian-bagian atau komponen model yang harus direvisi.
5. Produk model yang telah direvisi.

Selanjutnya pada bagian ini, peneliti juga harus menjelaskan tentang telaah, uji coba kepada kelompok kecil, dan uji coba kepada kelompok besar.

1) Telaah Pakar (*Expert Judgement*)

Peneliti menjelaskan prosedur dan hasil telaah pakar yang dilakukan oleh para pakar yaitu untuk mencermati model yang telah dihasilkan, kemudian mereka diminta untuk memberikan masukan tentang model tersebut. Berdasarkan masukan dari para pakar, model tersebut direvisi. Para pakar yang sejak awal sudah terlibat itulah yang diminta untuk mencermati program/ model.

2) Uji coba kepada kelompok kecil (*Small Group Try-out*)

Peneliti menyajikan prosedur dan hasil uji coba pada kelompok kecil, misalnya kumpulkan sekitar 10 hingga 15 responden (yang dianggap memiliki karakteristik yang sama dengan peserta didik yang akan menjadi target sasaran program atau main audience) untuk mengamati tayangan program, kemudian mereka diminta memberikan komentar/masukan tentang program yang dikembangkan. Berdasarkan masukan-masukan dari small group ini program direvisi. Sebagai contoh jika yang menjadi sasaran

utamanya anak-anak usia SD, maka uji coba program juga diberikan kepada siswa SD.

### 3) Uji coba kepada kelompok besar (*Field Try-out*)

Peneliti menjelaskan prosedur dan hasil uji coba lapangan. Isi penjelasan adalah uji coba dilakukan kepada sejumlah responden yang banyak dengan subjek yang lebih heterogen. Kalau uji coba kepada para pakar dan kelompok kecil bisa dilakukan oleh pihak internal yang terlibat dalam kegiatan penelitian pengembangan, maka uji coba lapangan sebaiknya dilakukan oleh pihak luar. Hal ini dimaksudkan untuk menjaga objektivitas dari kesimpulan yang dihasilkan. Masukan dari hasil uji coba lapangan inilah yang menjadi dasar terakhir bagi perbaikan dan penyempurnaan produk. Setelah diperbaiki sesuai masukan dari lapangan, maka produk dianggap final dan siap untuk diimplementasikan.

## 3.4 Implementasi Model

Peneliti menjelaskan bagaimana mengimplementasikan model yang dianggap final (*final product*). Untuk mengetahui keberhasilan implementasi model, maka perlu dilakukan evaluasi, baik evaluasi formatif maupun evaluasi sumatif. Pada bagian ini peneliti harus menjelaskan metode dan instrumen yang digunakan untuk menguji kelayakan dan keefektifan model dengan menyertakan teknik pengujian validitas instrumen serta dimungkinkan melakukan pengujian hipotesis, maka uji statistik yang digunakan untuk menguji model tersebut dijelaskan pada bagian ini.

## BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 4.1 Hasil Pengembangan Model

Peneliti menjelaskan secara mendalam, analisis tentang proses model yang telah dikembangkan secara naratif. Hasil penelitian dideskripsikan dalam subjudul yang memuat hal-hal yang tercantum pada tujuan penelitian, untuk menggambarkan bahwa hasil penelitian ini dapat menguji efektivitas model.

Penyajian hasil penelitian dan pembahasan diawali dengan pemberian gambaran lokasi penelitian dan karakteristik responden. Dilanjutkan dengan model yang dihasilkan dan hal-hal yang sesuai untuk menjawab pertanyaan penelitian. Peneliti menyajikan hasil penelitian pengembangan dengan menjelaskan proses pengembangan dari draft pertama sampai model final.

#### **4.2 Kelayakan Model (teoretik dan empiris)**

Peneliti menyajikan proses dan hasil uji kelayakan model yang dikembangkan baik uji teoretik maupun empiris. Penyajian hasil diawali dengan mendeskripsikan metode yang digunakan dalam uji kelayakan teoretik dengan menjelaskan pakar yang terlibat dan proses pengujiannya, sedangkan untuk uji empiris peneliti menjelaskan objek yang digunakan untuk uji coba model. Di akhir penjelasan, peneliti menyajikan hasil pengujian yang menyatakan model yang dikembangkan layak.

#### **4.3 Efektivitas Model**

Peneliti menjelaskan proses dan hasil evaluasi keefektifan model berdasarkan data pada saat implementasi model dengan menggunakan kriteria evaluasi. Pada bagian ini dimungkinkan adanya uji hipotesis, terutama jika kriteria yang digunakan adalah norma dengan menggunakan desain eksperimen, maka hasil pengujian persyaratan analisis statistik dan hasil pengujian hipotesis untuk menguji efektivitas model dijelaskan pada bagian ini.

#### **4.4 Pembahasan**

Peneliti membahas mengenai faktor pendukung dan penghambat, baik dalam pengembangan model maupun dalam implementasi dan diseminasi model. Kekuatan dan kelemahan model yang dihasilkan, dibahas dan disajikan secara rinci pada bagian ini.

## **BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **5.1 Kesimpulan**

Peneliti mengemukakan kesimpulan penelitian yang mencakup model yang dihasilkan, serta kelayakan dan keefektifan penggunaan model tersebut.

### **5.2 Saran**

Peneliti menyampaikan saran dalam mengembangkan model-model pendidikan dan pembelajaran apa yang dapat ditempuh melalui pendekatan Penelitian Pengembangan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Peneliti menuliskan sejumlah nama pengarang berikut judul buku yang telah dikutip pada isi tesis dan disertasi dengan menggunakan kaidah penulisan ilmiah.

## **LAMPIRAN**

Lampiran 1. Instrumen

Lampiran 2. Model Final

Lampiran 3. Buku Pedoman Penggunaan

Surat – surat

**Lampiran 1: Contoh halaman sampul Proposal Penelitian  
Prodi Olahraga dan Kesehatan (PORKES)**

**PENGARUH LATIHAN LARI LAMBAT KONTINU MEMAKAI  
PARAMETER LAKTAT TERHADAP KEMAMPUAN LARI 5000  
METER PADA ATLET ATLETIK KOTA JAMBI**

**Proposal Penelitian**

**Oleh**

**Friska Susanti  
NIM :A1D20311995**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS JAMBI  
2018**

**Lampiran 2: Contoh halaman sampul Proposal Penelitian  
Prodi Kepelatihan Olahraga (KEPEL)**

**PENGARUH LATIHAN LARI LAMBAT KONTINU MEMAKAI  
PARAMETER LAKTAT TERHADAP KEMAMPUAN LARI 5000  
METER PADA ATLET ATLETIK KOTA JAMBI**

**Proposal Penelitian**

**Oleh**

**Friska Susanti  
NIM :A1D20311995**



**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS JAMBI  
2018**

**Lampiran 3: Contoh halaman sampul Skripsi Prodi Olahraga  
dan Kesehatan (PORKES)**

**PENGARUH LATIHAN LARI LAMBAT KONTINU MEMAKAI  
PARAMETER LAKTAT TERHADAP KEMAMPUAN LARI 5000  
METER PADA ATLET ATLETIK KOTA JAMBI**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk memenuhi  
Sebagian Syarat-Syarat memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan/Sarjana Olahraga

Oleh

**Friska Susanti  
NIM :A1D20311995**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS JAMBI  
2018**



**Lampiran 4 : Contoh halaman sampul Skripsi Prodi  
Kepelatihan Olahraga (KEPEL)**

**PENGARUH LATIHAN LARI LAMBAT KONTINU MEMAKAI  
PARAMETER LAKTAT TERHADAP KEMAMPUAN LARI 5000  
METER PADA ATLET ATLETIK KOTA JAMBI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk memenuhi  
Sebagian Syarat-Syarat memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan/Sarjana Olahraga

Oleh

**Friska Susanti**  
**NIM :A1D20311995**



**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS JAMBI  
2018**

## Lampiran 5 : Contoh Lembar Persetujuan Pembimbing

### HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi berjudul “Pengaruh Lari Lambat Continiu memakai parameter laktat terhadap kemampuan lari 5000 meter pada atlet atletik kota jambi” yang diajukan oleh Friska Susanti, NIM A1D20311995 Program studiOlahraga dan Kesehatan telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam Ujian Mempertahankan Skripsi

Jambi, Januari 2018  
Dosen Pembimbing I

Dr. Drs. H. Sukendro, M.Kes AIFO  
NIP 196509141992031011

Jambi, Januari 2018  
Dosen Pembimbing II

Drs. Arsil, M.Pd  
NIP195912311985031314

## Lampiran 6 : Contoh Lembar Pengesahan

### HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul “Pengaruh Lari Lambat Continiu memakai parameter laktat terhadap kemmpuan lari 5000 meter pada atlet atletik kota jambi” yang diajukan oleh Friska Susanti, NIM A1D20311995 Program studi Olahraga dan Kesehatan telah dipertahankan di depan Tim Penguji padaTanggal 25 Januari 2018

Dewan Penguji :

DR. Drs. H. Sukendro, M.Kes AIFO NIP 196509141992031011	Ketua	1 .....
Drs. Arsil, M.Pd NIP 195912311985031314	Sekretaris	2 .....
DR. Drs. H. Ilham, M.Kes NIP 196712311992031019	Penguji Utama	3 .....
Boy Indrayana, S.Pd M.Pd NIP 1981 1215 200812 1 00 1	Anggota	4. ....
Hendri Munar S.Pd M.Pd NIP 1976 0211 200811 0 12	Anggota	5 .....

Mengesahkan Dekan FIK

Jambi, Januari 2018  
Ketua Prodi,

Dr. Drs Ilham, M.Kes  
NIP 196712311992031019

Hendri Munar S.Pd M.Pd  
NIP 1976 0211200811012

## Lampiran 7: Contoh Pernyataan

### PERYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

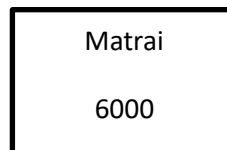
Nama : Friska Susanti,  
Nim : A1D20311995  
Program Studi : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini benar-benar karya sendiri dan bukan merupakan jiplakan dari hasil penelitian pihak lain.

Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sekripsi ini merupakan jiplakan, saya bersedia menerima sangsi sesuai peraturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab.

Jambi, Januari 2018  
Yang membuat pernyataan



Friska Susanti

Lampiran 8 : Contoh Halaman Persembahan

**Persembahan Ku**

**Bismilahirahmanirahim**

**Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman diantara kamu dan orang-orang yang berilmu pengetahuan terhadap drajat.**

**(Al-Mujadillah : 11)**

**Ayah dan Ibunda tercinta...**

**Tak ada sesuatu yang dapat membalas jasa mu  
Hanya karya kecil ini yang kumiliki  
Yang dapat kupersembahkan kepada mu**

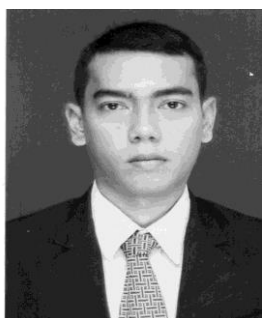
**Anada tahu...**

**Semua ini tak mampu membalas jasa mu  
Diiringi doa dan pengorbanan mu  
Ananda telah menyelesaikan satu babak perjuangan  
Terimakasih atas semua yang ayah dan ibunda berikan  
Atas segala doa dan pengorbananmu**

**Tiap tetes keringatmu menjadi pendorong ku tuk tetep maju  
Tiap doa mu kan menjadi penuntun ku  
Dan tiap restu mu menjadi surge untuk ku  
Semuga Ananda selalu bisa membahagiakan mu  
Amin ya Robbal alamin...**

**Ya Allah...**

**Semua tiada luput dari kehendak – Mu  
Berikanlah hamba selalu rahmad dan hidayah – Mu  
Beserta orang-orang yang kusayangi  
Yang begitu berarti bagi hidup ku  
Sekripsi ini ku persembahkan sebagai bakti ku  
Kepada orang-orang yang ku sayangi**



**Ayahanda : M. Nur Guacie  
Ibunda : Nur Ikwani Harahap  
Kakanda : Bebby Andriyani, S.Pd  
Adinda : Mahendrayana, Rudani,  
Taufan Alhida, S.Pd dan  
Winda Sari Imelda, S.Sos  
Tercinta : Eva Rati Suhanna, S.Pd**

## Lampiran 9 : Contoh Abstrak

### ABSTRAK

Friska Susanti :“Perbandingan Pengaturan Latihan *Sprint Interval Energy* Predominan ATP-PC dan Latihan *Sprint Interval Energy* Predominan ATP-PC – Laktat terhadap kemampuan Anaerobik”. Program Studi Olahraga dan Kesehatan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Jambi. Pembimbing I DR.Drs. H. Sukendro, M.Kes AIFO dan Pembimbing II Drs. Arsil, M.Pd.

Kata kunci :Latihan *Sprint interval energy*, latihan sprint dan kemampuan Aerobik

Daya tahan anerobik merupakan suatu komponen fisik yang dominan dibutuhkan dalam prestasi olahraga dengan menyesuaikan bentuk altihannya. Dalam cabang olahraga, latihan sprint intertval energy predominan ATP-PC dan latihan Sprint interval energy predominan ATP\_PC - laktat adalah latihan yang dapat meberikan kontribusi daya tahan aerobic yang baik

Penelitian ini bertujuan untuk menemukan informasi tentang perbandingan pengaruh peningkatan kemampuan anaerobic akibat pengaruh latihan Sprint interval energi predominan ATP-PC (LSI-A) dan latihan sprint interval energi predominan ATP-PC – lakat (LSI-L).

Metode penelitian adalah eksprimental, jumlah orang coba 20 orang yang diperoleh dengan tehknik sampel total, selanjutnya dibagi menjadi dua kelompok dengan tehknik *matching pairing*yaitu kelompok LSI-A dan kelompok LSI-L. Penelitian dilaksanakan selama 10 minggu, dengan 3 kali latihan setiap minggunya.

Instrument untuk mengukur variabel respon ( kemampuan anaerobik) adalah dengan menggunakan Tes *wingate*. Hasil analisis data yang menggunakan Uji-t menunjukkan peningkatan yang nyata terhadap kemampuan anaerobic baik itu akibat pengaruh LSI-A (t- hitung 6.32>t-tabel 2.62 taraf kepercayaan 95%), mampu akibat LSI-L (t-hitung 12.59> t-tabel 2.62 taraf kepercayaan 95%). Kemudian ditemukan bahwa LSI-A dan LSI-L sama baiknya dalam meningkatkan anaerobic (t-tabel 1.088 < 2.101 taraf kepercayaan 95%).

Dari analisis yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan latihan sprint intertval energy predominan ATP-PC terhadap Anerob atlet tinju kota jambi.

## Lampiran 10 : Contoh Kata Pengantar

### KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan walaupun dalam wujud yang sangat sederhana. Skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan studi di program studi pendidikan olahraga dan kesehatan universitas negri jambi.

Penulis menyadari, bahwa keberadaan skripsi ini " bagai setetes air di laut" yang tak punya arti apa-apa, namun dalam penyelesaiannya sangat banyak dapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Selanjutnya penulis sadar bahwa selaku manusia biasa tak luput dari kesalahan" tidak ada gading yang tidak retak, kalau tidak retak bukanlah gading. Tidak manusia yang tidak punya kesalahan, kalau tidak punya kesalahan bukanlah manusia" oleh karena itu, penulis menyampaikan mohon maaf yang setinggi-tingginya dan terima kasih yang tak terhingga kepada yth:

1. Rektor universitas jambi
2. Dekan fakultas Ilmu Keolahragaan
3. Ketua Prodi FIK UNJA
4. Pembimbing Skripsi I dan II
5. Dosen Penasehat Akademik
6. Seluruh Cevitas Akademik
7. Tempat Penelitian (sekolah atau klub)
8. Orang tua/Suami/Istri (Teristimewa)
9. Kawan-kawan (maksimal lima orang)

Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang turut serta memberikan bantuan dan sumbangan pemikiran selama penulis mengikuti perkuliahan.

Akhirnya, segala kebaikan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amal dan ibadah yang diterima oleh yang maha kuasa. Selanjutnya tulisan ini dipersembahkan untuk pengembangan ilmu pengetahuan pada umumnya, dan prestasi olahraga pada khususnya. Amin...ya....rabbal alamin.

Jambi, Januari 2018  
Nama penulis

## Lampiran 11 : Contoh Halaman Daftar Isi.

### DAFTAR ISI

ABSTRAK .....	i
KATA PENGANTAR .....	ii
DAFTAR ISI .....	iii
DAFTAR TABEL.....	iv
DAFTAR GAMBAR .....	v
DAFTAR LAMPIRAN .....	vi
<b>BAB I: PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi masalah .....	2
C. Pembatasan Masalah .....	3
D. Deskripsi Oprasional.....	3
E. Rumusan Masalah .....	3
F. Tujuan Penelitian .....	3
G. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II. LANDASANTEORITIS .....</b>	<b>5</b>
A. Kerangka Teoritis .....	5
B. Kerangka Berfikir .....	11
C. Hipotesis .....	13
<b>BAB III . METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>14</b>
A. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian .....	14
B. Populasi dan Sampel .....	14
C. Metode Penelitian .....	14
D. Disain Penelitian .....	15
E. Intrumen Penelitian .....	16
1. Deskripsi Konseptual .....	16
2. Kisi-kisi instrument .....	16
3. Jenis Instrumen.....	16
F. Teknik Analisis Data .....	16
G. Pelaksanaan Tes.....	18
<b>BAB IV. HASIL PENELIIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>19</b>
A. Deskripsi Data Penelitian .....	19



B. Pengujian Persaratan Analisis .....	19
C. Pengujian Hipotesis .....	21
D. Pembahasan Hasil penelitian .....	22
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>24</b>
A. Kesimpulan .....	25
B. Saran .....	25
DAFTAR PUTAKA .....	26
LAMPIRAN- LAMPIRAN .....	27

## Lampiran 12 : Contoh Halaman Daftar Tabel

### DAFTAR TABEL

Tabel	Hal
1. Karakteristik Fisik Orang Coba .....	12
2. Uji Homogenitas Data Awal dan Data Akhi.....	18
3. Dts.....	

## Lampiran 13: Contoh Halaman Daftar Gambar

### DAFTAR GAMBAR

Gambar

Hal

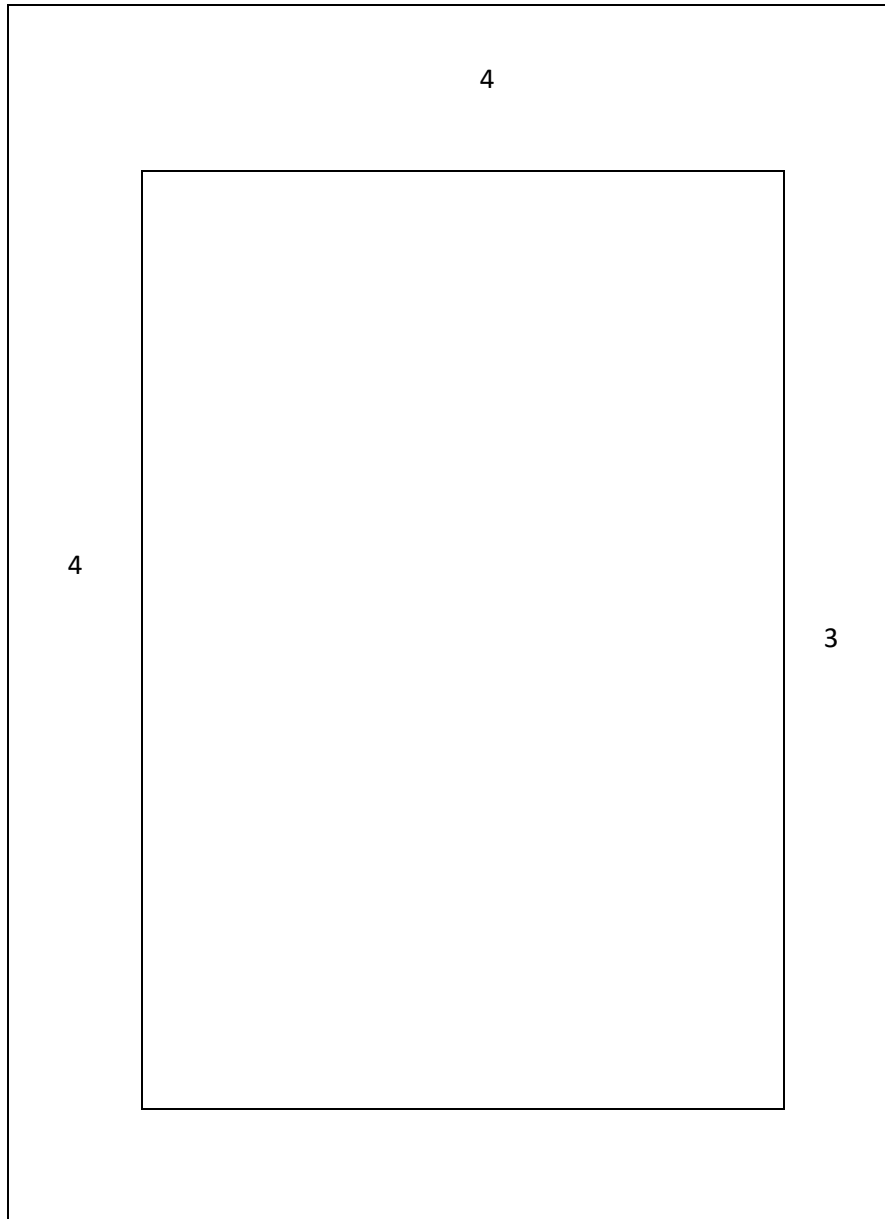
1. Siklus Krebs .....	23
2. Daur Sel .....	27
3. Dts .....	

## Lampiran 14: Contoh Halaman Daftar Lampiran

### DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Hal
1. Uji Normalitas Data.....	46
2. Surat Keterangan Kalibrasi Alat .....	48
3. Dst.....	49

Lampiran 15: Halaman Pengetikan Sikripsi



Lampiran 16: Tabel Kegiatan Pembimbingan

TABEL KEGIATAN PEMBIMBINGAN

NO	TANGGAL	URAIAN	TTD PEMBIMBING
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			

## Lampiran 17. Lembar Revisi

### LEMBAR REVISI

Nama : Friska Susilawati  
Nim : 20311995  
Prodi : FIK  
Judul : Pengaruh Latihan Lari Lambat *Continu* Memakai  
Parameter Laktat Terhadap Kemampuan lari 5000  
Meter pada Atlet Atletik Kota Jambi

Nama dosen penguji	Jabatan	Revisi	Tanda tangan
Dr. Drs. H. Sukendro M.Kes AIFO Nip.	Ketua/ Penguji	- Judul - Rumusan masalah - Hipotesis - Literature	
Drs. Arsil, M.Pd Nip.	Sekerta ris/ Penguji	- Latar belakang - Data masalah - Sumber/teori	
Dr. Ilham M.Kes Nip.	Penguji Utama	- Norma tes - Abstrak	
Palmizal S.Pd M.Pd Nip.	Penguji II	- Gambar otot - Energy	
Ugi Nugraha S.Pd M.Pd Nip.	Penguji III	- Anatomi (bab II) - Populasi - DII	

NB :

1. Untuk lembar revisi ini, mahasiswa tersebut membuat sendiri dengan diketik
2. Tabel ini bertujuan sebagai bukti telah melakukan revisi dalam seminar proposal, dan melampirkannya dalam ujian skripsi

Dikethui  
Ketua Prodi

.....  
NIP.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agung Sunarno dan Sihombing S. Sayfullah, 2011. “ *Metode Penelitian Keolahragaan* ” Yuma Pusaka. Surakarta.
- Arikunto S dkk, 2012. “*Penelitian Tindakan Kelas*” Bumi Aksara. Jakarta
- FIK UNIMED, 2004. “ *Pedoman Penulisan Sekeripsi FIK UNIMED* “. FIK Unimed. Medan
- Creswell John W, 2009. “ *Researcth Desain Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed edisi ketiga* “. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Furkon hidayatullah, 2010. “ *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam Pendidikan Jasmani dan Kepeleatihan Olahraga* ”. UPT Penerbitan dan Pencetakan UNS (UNS Perss). Surakarta Jawa Tengah.
- Juliansyah Nya *Ilmiah* ”. Kencana Poor, 2012. “ *Metodologi Penelitian Sekeripsi, Tesis, Desertasi, dan karrenada Media Grup*. Jakarta
- Program Pascasarjana UNJ, 2012. “ *Buku Pedoman Penulisan Tesis dan Desertasi* “. Program Pascasarjana. Jakarta.





ISBN 978025121623



9 786025 121623