

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan hal dasar dan sebagai langkah awal dalam melakukan penelitian sehingga mempunyai acuan untuk mendapatkan data yang dilakukan secara sistematis. Menurut Sugiyono (2020, p.2), "metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu" Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dan dijelaskan oleh Sugiyono (2020, p.7), "metode kuantitatif ini sebagai metode ilmiah/scientific karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional dan sistematis".

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan pendekatan survei yang digunakan oleh peneliti untuk mereduksi data dengan tes secara langsung terkait “Profil Kondisi Fisik Atlet MuayThai Kota Tasikmalaya”

3.2 Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2015) mendefinisikan bahwa “variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya” (hlm. 38). Menurut (Sugiyono, 2020), "variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya"

Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal yaitu “Profil Kondisi Fisik Atlet MuayThai Kota Tasikmalaya”. Menurut Nawawi dan Martini Hadari dalam Nugraheni (2015) variabel tunggal adalah variabel yang hanya mengungkapkan variabel untuk mendeskripsikan unsur atau faktor-faktor di dalam setiap gejala yang termasuk variabel tersebut.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi merupakan subjek dan objek yang akan diteliti langsung terhadap semua yang telah dirancang sedemikian rupa untuk menghasilkan hasil akhir yang diinginkan oleh peneliti.

Populasi menurut Sugiyono (2020, p.80) "wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek/obyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya". Berdasarkan pendapat tersebut populasi dalam penelitian ini Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah yaitu seluruh atlet MuayThai Kota Tasikmalaya yang yang tergabung dalam tim Porprov dan atlet yang meraih prestasi di lima tahun terakhir berjumlah 15 Orang.

3.3.2 Sampel

Sampel yaitu bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiono, 2013 dalam Jasmalinda, 2021). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan melibatkan seluruh populasi menjadi sampel penelitian atau dengan menggunakan teknik *sampling jenuh*. Menurut Sugiyono (2016) *sampling jenuh* adalah “teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel” (hlm.124) teknik pengambilan sampel ini menggunakan sampel jenuh yaitu sebanyak 15 Orang.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian, teknik pengumpulan data adalah hal yang paling penting. Untuk mendapatkan data dalam penelitian maka harus melalui metode pengumpulan data yang digunakan dan harus sesuai dengan apa yang diteliti. Menurut Sugiyono (2020,p.137) “merupakan langkah yang paling utama dari penelitian adalah mendapatkan data”. Untuk memperoleh data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

- 1) Studi lapangan (*field researce*), yaitu pengumpulan data dengan cara terjun langsung ke lapangan

- 2) Teknik tes, Teknik ini digunakan untuk menghasilkan data yang valid sesuai dengan standar tes yang telah ditentukan. yang digunakan untuk mengambil data adalah tes kondisi fisik yang telah ditentukan.

3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan menggunakan 4 Tes Kondisi Fisik yang telah ditentukan oleh penulis yang bersumber pada buku pengukuran dan evaluasi olahraga (Narlan, Juniar 2020)

1. Kekuatan (*strenght*) tes *Leg Dynamometer*

- a. Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengetahui atau mengukur kekuatan otot tungkai.
- b. Peralatan yang dibutuhkan
 - 1) *Back and Leg Dynamometer*
 - 2) Formulir tes + pulpen
- c. Petugas
 - 1) orang pencatat
 - 2) orang pembantu lapangan
- d. Pelaksanaan
 - 1) Siswa/atlet berdiri di atas alat back and leg dynamometer, atur tali rantai untuk menyesuaikan posisi berdiri.
 - 2) Tangan memegang hendel alat, posisi badan tegak, kaki ditekuk membentuk sudut $\pm 45^\circ$.
 - 3) Saat siap, atlet menarik alat dengan menggunakan kekuatan otot tungkai (tangan hanya berfungsi untuk memegang hendel), seperti akan berdiri untuk meluruskan tungkai.
 - 4) Lakukan gerakan tersebut sebanyak 2 repetisi, dengan diselingi istirahat selama 20-30 detik



Gambar 3.1 Tes Kekuatan Otot Tungkai (*Leg Dynamometer*)

Sumber: (Narlan, Juniar 2020)

e. Penilaian Hasil

skor terbaik dari 2 repetisi yang dilakukan atlet. Analisis paling baik adalah membandingkan dengan hasil tes sebelumnya untuk menentukan latihan yang sesuai. Di bawah ini adalah tabel Norma *Leg strength*.

Tabel 3.1 Norma Kekuatan Otot Tungkai (*Leg Dynamometer*)

Laki-Laki (Kg)	Norma	Perempuan (Kg)
>259,00	Baik Sekali	>219,50
187,50-259,00	Baik	171,50-219,50
127,50-187,00	Sedang	127,50-171,00
84,50-127,00	Kurang	81,50-127,00
<84,50	Kurang Sekali	<81,50

Tabel 3.2 Formulir Tes Leg Dynamometer

No	Nama	Jenis Kelamin	Hasil Tes (Kg)	Kategori
1				

2. Kecepatan (*speed*) tes lari *sprint* 30 meter,

- a. Tujuan Tes ini bertujuan untuk mengetahui kecepatan maksimum siswa/atlet.
- b. Peralatan yang dibutuhkan
 - 1) Lintasan 400 meter/Lintasan rata dan kering minimal 50 meter
 - 2) Stopwatch
 - 3) Formulir tes + pulpen
- c. Petugas
 - 1) 1 orang pencatat
 - 2) 1 orang pemegang stopwatch
- d. Pelaksanaan
 - 1) Atlet melakukan pemanasan terlebih dahulu ± 10 menit.
 - 2) Saat atlet siap, atlet melakukan posisi start berdiri atau bisa juga dengan menggunakan start jongkok. Saat aba-aba "siap, GO!" atlet sprint dengan kemampuan maksimum sampai batas cone yang sudah ditentukan.
 - 3) Petugas mencatat hasil perolehan waktu yang di dapat.
 - 4) Atlet di berikan 3 kali kesempatan untuk melakukan tes, dan diselingi istirahat yang cukup (3–5 menit).
- e. Penilaian Skor
 Nilai yang diambil adalah waktu terbaik dari 3 kali tes yang dilakukan. Analisis paling baik adalah membandingkan dengan hasil tes sebelumnya untuk menentukan latihan yang sesuai. Di bawah ini data normatif untuk tes akselerasi/ *sprint* 30 meter.

Tabel 3.3 Data Normatif Tes Akselerasi/Sprint 30 meter

Jenis Kelamin	Baik Sekali	Baik	Cukup	Kurang	Buruk
Laki-laki	<4,0	4,2-4,0	4,4-4,3	4,6-4,6	>4,6
Perempuan	<4,5	4,6-4,5	4,8-4,7	5,0-4,9	>5,0

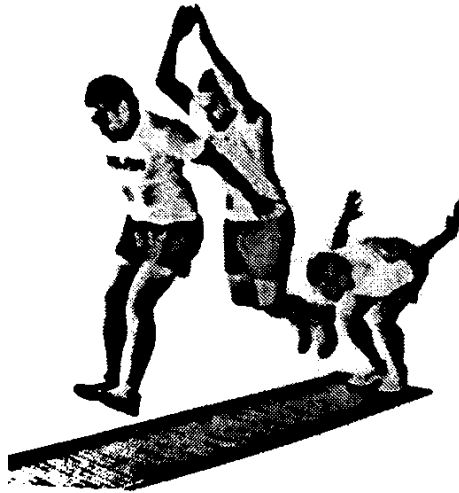
Tabel 3.4 Formulir Test Akselerasi/Sprint 30 meter

No	Nama	Jenis Kelamin	Usia	Waktu Terbaik	Kategori	Catatan
					Baik Sekali, Baik, Cukup, Kurang, Buruk	
1						
2						
3						
dst.						

3. Daya ledak (*power*) *Standing Long Jump Test*,

- a. Tujuan *Standing Long Jump Test* bertujuan untuk mengetahui daya ledak otot (*power*) otot tungkai atau kekuatan elastis otot tungkai. Bisa digunakan oleh siswa/atlet 10 tahun keatas.
- b. Peralatan yang diperlukan
 - 1) Area yang rata dan halus
 - 2) Pita pengukur (meteran)
 - 3) Formulir tes dan pulpen
- c. Petugas
 - 1) 1 orang pencatat
 - 2) 1 orang pembantu
- d. Pelaksanaan
 - 1) Atlet berdiri di belakang garis start, dengan posisi kaki dibuka selebar bahu.
 - 2) Atlet menekuk lutut, dan mencondongkan badan ke depan sambil mengayunkan kedua lengan ke belakang kemudian lompat ke depan sejauh-jauhnya ke depan menggunakan kedua kaki, mendarat dengan kedua kaki secara bersama-sama dengan tetap menjaga keseimbangan.
 - 3) Petugas pembantu memberi tanda pendaratan atlet pada bagian tumit atau anggota tubuh terdekat dengan garis start.

- 4) Atlet diberikan kesempatan tes sebanyak 3 repetisi.



Gambar 3.2 Standing Long Jump Test
Sumber: (Narlan, Juniari 2020)

- e. Penilaian Skor yang diambil adalah lompatan terjauh dari 3 kali repetisi. Analisis paling baik adalah membandingkan dengan hasil tes sebelumnya untuk menentukan latihan yang sesuai.

Tabel 3.5 Data Normatif Standing Long Jump Test
Sumber : (Mackenzie,2000) dalam (Narlan, Juniari 2020)

Usia	sangat Baik	Baik	Sedang	Kurang	Buruk
14	>2.11m	2.11-1.96m	1.95-1.85m	1.84-1.68m	<1.68m
15	>2.26m	2.26-2.11m	2.10-1.98m	,1.97-1.85m	<1.85m
16	>2.36m	2.36-2.21m	2.20-2.11m	2.10-1.98m	<1.98m
>16	>2.44	,2.44-2.29m	2.28-2.16m	2.15-1.98m	<1.98m

Tabel 3.6 Formulir Tes Standing Long Jump

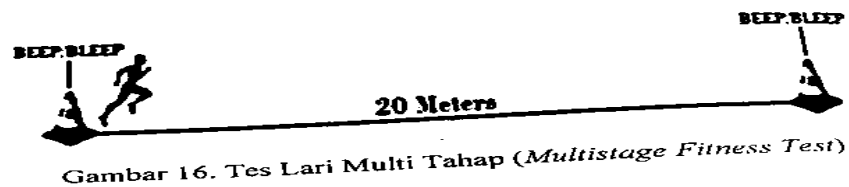
No	Nama	Jenis Kelamin	Usia	Lompatan Terbaik (m)	Kategori	Catatan
					Baik Sekali, Baik, Sedang, Kurang, Buruk	
1						
2						
3						

4. Tes Daya Tahan Kardiovaskuler (*Multistage Fitness Test*)

- a. Tujuan dari tes ini Adalah untuk mengetahui atau mengukur serapan oksigen maksimum (VO2Max)
- b. Alat dan Fasilitas yang diperlukan :
 - 1) Lahan rata dan tidak licin minimal sepanjang 20 meter
 - 2) *Cones* (Penanda)
 - 3) *Tape/DVD Player*
 - 4) *Audio Bleeptest*
 - 5) Formulir tes+ Pulpen
 - 6) Kalkulator
- c. Petugas:
 - 1) Satu orang penjaga audio
 - 2) Satu orang pencatat
- d. Pelaksanaan
 - 1) Atlet melakukan pemanasan terlebih dahulu selama 10 menit, kemudian mendapat pengarahan secara teknis.
 - 2) Perlu diperhatikan bila nada "tut" satu kali berarti balikan, dan bila nada "tut" 3 kali berarti level.
 - 3) Saat atlet siap, tes dilakukan dengan menyalakan audio *beep-test*.

- 4) Atlet mulai berlari bila ada bunyi "tut" tiga kali di belakang garis tanda 20 meter setiap balikan.
- 5) Jika atlet tiba lebih dahulu sebelum bunyi "tut" maka atlet harus menunggu bunyi tersebut kemudian melanjutkan lari.
- 6) Atlet terus berlari menyesuaikan kecepatan audio beep yang diputar selama mungkin.
- 7) Atlet harus mengetahui bila bunyi "tut" tiga kali berarti perpindahan level yaitu adanya penambahan kecepatan setiap balikan.
- 8) Jika atlet gagal mencapai garis ujung saat bunyi "tut", maka atlet diberikan kesempatan 2 atau 3 kali balikan untuk mendapatkan kembali kecepatan yang diperlukan mengikuti bunyi.

Catat jumlah tingkatan (*level*) dan balikan (*shuttle*) yang dapat diselesaikan oleh atlet tersebut, saat atlet sudah tidak mampu lagi untuk meneruskan berlari.



Gambar 16. Tes Lari Multi Tahap (*Multistage Fitness Test*)

Gambar 3.3 Tes Lari Multitahap (*Multistage Fitness Test*)

Sumber: (Narlan, Juniar 2020)

e. Penilaian

Hasil yang dicatat berupa jumlah *level* dan *shuttle* dimasukkan kedalam norma *bleep test* dibawah ini dengan tujuan untuk mengetahui tingkatan seseorang dalam melakukan test tersebut cukup dengan melihat dari hasil *level* dan *shuttle* nya saja.

Tabel 3.7 Data Normatif Tes *Multistage Fitness Test (Bleep Test)*
(Wood,2021a) dalam (Narlan, Juniar 2020)

Laki-Laki							
Usia (Tahun)	Sangat Buruk	Buruk	Cukup	Sedang	Baik	Sangat Baik	Istimewa
12-13	<3/3	3/3–5/1	5/2–6/4	6/5–7/5	7/6–8/8	8/9–10/9	>10/9
14-15	<4/7	4/7–6/1	6/2–7/4	7/5–8/9	8/10–9/8	9/9–12/2	>12/2
16-17	<5/1	5/1–6/8	6/9–8/2	8/3–9/5	9/6–11/3	11/4–13/7	>13/7
18-25	<5/2	5/2–7/1	7/2–8/5	8/6–10/1	10/2–11/5	11/6–13/10	>13/10
26-35	<5/2	5/2–6/5	6/6–7/9	7/10–8/9	8/10–10/6	10/7–12/9	>12/9
36-45	<3/8	3/8–5/3	5/4–6/6	6/7–7/7	7/8–8/9	8/10–11/3	>11/3
46-55	<3/6	3/6–4/6	4/7–5/5	5/6–6/6	6/7–7/7	7/8–9/5	>9/5
56-65	<2/7	2/7–3/6	3/7–4/8	4/9–5/6	5/7–6/8	6/9–8/4	>8/4
> 65	<2/2	2/2–2/5	2/6–3/7	3/8–4/8	4/9–6/1	6/2–7/2	>7/2

Perempuan							
Usia (Tahun)	Sangat Buruk	Buruk	Cukup	Sedang	Baik	Sangat Baik	Istimewa
12-13	<2/6	2/6–3/5	3/6–5/1	5/2–6/1	6/2–7/4	7/5–9/3	>9/3
14-15	<3/3	3/3–5/2	5/3–6/4	6/5–7/5	7/6–8/7	8/8–10/7	>10/7
16-17	<4/2	4/2–5/6	5/7–7/1	7/2–8/4	8/5–9/7	9/8–11/10	>11/10
18-25	<4/5	4/5–5/7	5/8–7/2	7/3–8/6	8/7–10/1	10/2–12/7	>12/7
26-35	<3/8	3/8–5/2	5/3–6/5	6/6–7/7	7/8–9/4	9/5–11/5	>11/5
36-45	<2/7	2/7–3/7	3/8–5/3	5/4–6/2	6/3–7/4	7/5–9/5	>9/5
46-55	<2/5	2/5–3/5	3/6–4/4	4/5–5/3	5/4–6/2	6/3–8/1	>8/1
56-65	<2/2	2/2–2/6	2/7–3/5	3/6–4/4	4/5–5/6	5/7–7/2	>7/2
> 65	<1/5	1/5–2/1	2/2–2/6	2/7–3/4	3/5–4/3	4/4–5/7	>5/7

Untuk mengetahui prediksi VO₂max yang didapat, selanjutnya bisa menggunakan rumus dibawah ini:

$$\text{VO}_2\text{Max} = 18,043461 + (0,3689295 \times \text{TS}) + (-0,000349 \times \text{TS} \times \text{TS})$$

Keterangan: TS = Jumlah Balikan

Tabel 3.8 Formulir Tes Lari *Multistage Fitness Test*

Sumber: (Narlan, Juniar 2020)

Formulir Tes Lari Multitahap (<i>Multistage Fitness Test</i>)																	
Nama :																	
Usia :																	
Level	Shuttle																
1	1	2	3	4	5	6	7										
2	1	2	3	4	5	6	7	8									
3	1	2	3	4	5	6	7	8									
4	1	2	3	4	5	6	7	8	9								
5	1	2	3	4	5	6	7	8	9								
6	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10							
7	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10							
8	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11						
9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11						
10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11						
11	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12					
12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12					
13	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13				
14	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13				
15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13				
16	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
17	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
18	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
19	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
20	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
21	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
VO2Max :																	
Kategori :																	

Tabel 3.9 Jumlah Level dan Shuttle dalam Tes Lari *Multistage Fitness Test*

Sumber: (Narlan, Juniar 2020)

Jumlah Level dan <i>Shuttle</i> dalam Tes Lari Multistage Fitness Test											
Level	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Shuttle	8	16	24	33	42	52	62	73	84	95	107
Level	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Shuttle	119	132	145	158	172	186	201	216	232	248	264

Tabel 3.10 Data Normatif Penilaian VO₂Max Atlet

(Mackenzie, 2005) dalam (Narlan, Juniar 2020)

Perempuan (ml/kg/min)						
Usia	Sangat Buruk	Buruk	Cukup	Baik	Sangat Baik	Superior
13-19	< 25,0	25,0-30,9	31,0-34,9	35,0-38,9	39,0-41,9	> 41,9
20-29	< 23,6	23,6-28,9	29,0-32,9	33,0-36,9	37,0-41,0	> 41,0
30-39	< 22,8	22,8-26,9	27,0-31,4	31,5-35,6	35,7-40,0	> 40,0
40-49	< 21,0	21,0-24,4	24,5-28,9	29,0-32,8	32,9-36,9	> 36,9
50-59	< 20,2	20,2-22,7	22,8-26,9	27,0-31,4	31,5-35,7	> 35,7
60+	< 17,5	17,5-20,1	20,2-24,4	24,5-30,2	30,3-31,4	> 31,4
Laki-laki (ml/kg/min)						
Usia	Sangat Buruk	Buruk	Cukup	Baik	Sangat Baik	Superior

13-19	< 35,0	35,0-38,3	38,4-45,1	45,2-50,9	51,0-55,9	> 55,9
20-29	< 33,0	33,0-36,4	36,5-42,4	42,5-46,4	46,5-52,4	> 52,4
30-39	< 31,5	31,5-35,4	35,5-40,9	41,0-44,9	45,0-49,4	> 49,4
40-49	< 30,2	30,2-33,5	33,6-38,9	39,0-43,7	43,8-48,0	> 48,0
50-59	< 26,1	26,1-30,9	31,0-35,7	35,8-40,9	41,0-45,3	> 45,3
60+	< 20,5	20,5-26,0	26,1-32,2	32,3-36,4	36,5-44,2	> 44,2

3.6 Teknik Analisis Data

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran realita yang ada tentang kondisi fisik. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif. Statistik ini bertujuan untuk mengumpulkan data, menyajikan data, dan menentukan nilai. Selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan sebagai pembahas atas permasalahan yang diajukan dengan mengacu pada standar kondisi fisik yang telah baku untuk mendapatkan status kondisi fisik. Menurut (Sudijono,2015) data yang diperoleh tiap-tiap item tes merupakan data kasar dari hasil tiap tes yang dicapai siswa, selanjutnya hasil kasar tersebut diubah menjadi nilai Skor-T dengan rumus Skor-T sebagai berikut:

$$T = 10 \left(\frac{X - M}{SD} \right) + 50$$

Keterangan:

T= Nilai Skor -T

M= Nilai rata-rata data kasar

X= Nilai data kasar

SD = Standar Deviasi data kasar

Setelah data diubah kedalam T skor, kemudian data dimaknai, yaitu dengan mengkategorikan data, pengkategorian ini menjadi lima kategori, yaitu sangat baik, baik, sedang, kurang, sangat kurang. Sedangkan untuk pengkategorian menggunakan acuan lima batasan norma, pada tabel berikut:

Tabel 3.11 Interval dan Kategori Data

(sumber: Azwar,2001: 163)

NO	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Baik
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Kurang

Keterangan:

M = Nilai rata-rata (*mean*)

X = skor

S = Standar Deviasi

Langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan. Analisis data yang digunakan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Menurut Arikunto (2006: 245-246) rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

Keterangan:

P = persentase

F = Frekuensi

N = Jumlah responden

3.7 Langkah-langkah Penelitian

3.7.1 Tahap Persiapan

Pada tahap ini, peneliti melakukan langkah-langkah administratif dan teknis untuk memastikan kesiapan penelitian:

- a. Studi Pendahuluan: Melakukan observasi awal terhadap tempat latihan atlet muaythai di Kota Tasikmalaya dan berkonsultasi dengan pelatih mengenai program latihan serta kondisi fisik atlet muaythai kota Tasikmalaya
- b. Penyusunan Instrumen: Menentukan jenis tes kondisi fisik yang sesuai dengan karakteristik cabang olahraga Muaythai yang telah di konsultasikan dengan dosen pembimbing
- c. Penyusunan proposal penelitian yang di bimbing oleh dosen pembimbing
- d. Seminar proposal untuk memperoleh masukan-masukan dari dosen penguji serta dosen pembimbing dalam pelaksanaan penelitian

3.7.2 Tahap Pelaksanaan

Tahap ini merupakan inti dari penelitian, yaitu pengambilan data langsung di lapangan:

- a. Pemberian Prosedur (*Briefing*): Menjelaskan kepada atlet mengenai tujuan tes pada penelitian ini, dan menjelaskan komponen kondisi fisik yang akan dilaksanakan.
- b. Pemanasan (*Warming Up*): Mewajibkan seluruh atlet melakukan pemanasan untuk meminimalisir risiko cedera dan memastikan kondisi fisik siap diuji.
- c. Pengambilan Data (*Testing*): Melaksanakan rangkaian tes kondisi fisik satu per satu sesuai dengan ketentuan komponen kondisi fisik yang telah ditetapkan.
- d. Pencatatan Hasil: Mencatat skor dari setiap item tes ke dalam formulir observasi yang telah disiapkan oleh peneliti.

3.7.3 Tahap Akhir

- a. melakukan pengolahan data hasil penelitian dengan menggunakan rumus-rumus statistika

Pelaksanaan penelitian profil kondisi fisik atlet MuayThai Kota Tasikmalaya dilakukan pada bulan April bertempat di Gedung atau Area Latihan Atlet MuayThai Kota Tasikmalaya, sesuai dengan jadwal yang telah dikoordinasikan dengan pengurus dan pelatih cabang olahraga.

Tabel 3.12 Waktu Pelaksanaan Penelitian

[illegible]

