

BAB III

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Menurut Sugiyono (2013) “Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu” (hlm.2). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Penulis memberikan alasan mengambil penelitian deskriptif sebab ingin mengangkatt fakta, kondisi, variabel, dan fenomena yang terjadi ketika penelitian itu berlangsung sehingga data yang didapatkan bersifat apa adanya. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Best (dalam Kusumawati, 2014) bahwa “Penelitian Deskriptif adalah salah satu jenis penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasi objek sesuai apa adanya (hlm. 59).

3.2 Variabel penelitian

Menurut Sugiyono (2013) “ Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudia ditarik kesimpulannya” (hlm. 38).

Ada dua variabel yang terlibat dalam penelitian ini, yakni variabel bebas dan variabel terikat.

1. Variabel bebas adalah merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbul variabel dependen (terikat). Yaitu *power* otot tungkai, dan koordinasi mata tangan.
2. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Yaitu hasil *jump shoot*.

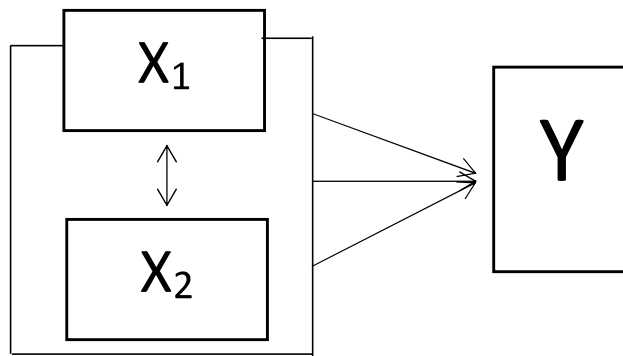
Berdasarkan definisi variabel diatas, dalam penelitian ini terdapat dua yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Adapun variabel variabel tersebut adalah :

1. Variabel bebas kesatu (X_1) *power* otot tungkai
2. Variabel bebas kedua (X_2) koordinasi mata tangan

3. Variabel terikat (Y) adalah *jump shoot* permainan bola basket

3.3 Desain penelitian

Menurut Iskandar (dalam Kusumawati, 2014, hlm. 33) “Penelitian hubungan dapat berupa hubungan simetris, kausal (sebab akibat), atau hubungan timbal balik”. Dikarenakan dalam penelitian ini memiliki tiga variabel yang diteliti maka model penelitian yang dipakai adalah model hubungan timbal balik. Berikut adalah desain penelitian.



Gambar 3.1 Desain Penelitian

Sumber: (Kusumawati, 2014, 35)

3.4 Populasi dan sampel

Populasi menurut Sugiyono (2017) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (hlm.130). Pada penelitian ini populasinya adalah atlet putra Estrakulikuler bola basket SMAN 5 Tasikmalaya sebanyak 15 orang.

Sampel menurut Sugiyono (2017) adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (hlm.131). Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *sampling* jenuh, menurut Sugiyono (2017) “*Sampling* Jenuh adalah sampel yang bila ditambah jumlahnya, tidak akan menambah keterwakilan sehingga tidak akan mempengaruhi nilai informasi yang telah diperoleh” (hlm.139). Dengan demikian, maka sampel dari penelitian ini

adalah atlet putra Estrakulikuler Basket SMAN 5 Tasikmalaya yang berjumlah 15 orang.

3.5 Teknik pengumpulan data

Untuk memperoleh data, dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

1. Studi Lapangan (field research), yaitu teknik pengumpulan data dengan cara terjun langsung ke lapangan untuk memperoleh data dan informasi tentang kontribusi power otot tungkai dan koordinasi mata tangan terhadap jump shoot dalam permainan bola basket pada Atlet Estrakulikuler Basket SMAN 5 Tasikmalaya.
2. Studi Kepustakaan (library research), yaitu teknik pengumpulan data melalui penelaahan sebagai literature, buku-buku atau materi perkuliahan yang berhubungan dengan permasalahan penelitian ini.

3.6 Instrumen penelitian

Instrumen penelitian yang penulis gunakan adalah teknik jump shoot yang mengacu pada buku tes pengukuran pendidikan olahraga oleh Narlan dan Juniar (2020), karena yang diteliti adalah *power* otot tungkai, koodinasi mata tangan, dan teknik *jump shoot* maka instrumen penelitian atau tes yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. *Vertical jump Test*
 - a. Tujuan :
Mengukur komponen *power* otot tungkai
 - b. Peralatan yang digunakan :
 - Dinding yang rata dan halus
 - Serbuk kapur
 - Pita pengukur atau menggunakan papan
 - Formulir tes dan pulpen
 - c. Petugas :
 - 1 orang pencatat
 - 1 orang pembantu lapangan
 - d. Pelaksanaan :
 - Atlet membubuhi jari-jari tanganya menggunakan serbuk kapur.
 - Atlet berdiri menyamping ke dinding meraih setinggi mungkin dengan kaki tetap menempel di lantai, kemudia petugas mencatat hasil tersebut.

- Pada saat akan meloncat, telapak kaki menempel di lantai, lutut ditekuk, tangan lurus ke belakang, kemudia ke atas setinggi mungkin dan tempelkan satu tangan ke dinding sehingga terlihat jelas hasil lompatan.
- Petugas mencatat kembali hasil lompatan tersebut.
- Atlet diberikan kesempatan 3 repetisi untuk melakukan loncatan secara vertikal.



Gambar 3.2 Tes Vertical Jump
(Sumber : Narlan dan Juniar. 2020, hlm.89-90)

e. Skor :

Skor yang diambil adalah selisih terbaik antara hasil lompatan dengan hasil raihan dari 3 repetisi yang dilakukan.

Jenis Kelamin	Sangat Baik	Baik	Sedang	Kurang	Buruk
Laki-Laki	>65 cm	50-65 cm	40-49 cm	30-39 cm	<30 cm
Perempuan	>58 cm	47-58 cm	36-46 cm	26-35 cm	<26 cm

Tabel 3.1 Data Normatif Vertical Jump
(Sumber : Narlan dan Juniar. 2020, hlm.90)

2. *Hand Wall Toss Test*

a. Tujuan:

Mengukur kemampuan koordinasi mata dan tangan.

b. Peralatan yang digunakan :

- Bola tenis 3 buah
- Dinding tembok yang halus
- *Stopwatch*
- Formulir tes dan pulpen

c. Petugas :

- 1 orang pencatat
- 1 orang pemegang *stopwatch*
- 1 orang penghitung jumlah lemparan

d. Pelaksanaan :

- Atlet berdiri di belakang garis batas dengan jarak 2 meter dari dinding tembok.
- Atlet memegang bola tenis oleh satu tangan dengan menghadapa ke dinding tembok.
- Pada aba-aba “Siap... GO”, atlet melemparkan bola k tembok dari arah bawah oleh tangan kanan dan menangkapnya oleh tangan kiri, kemudian

melemparkan kembali oleh tangan kiri dan menangkapnya oleh tangan kanan.

- Atlet melakukan gerakan tersebut selama 30 detik
- Petugas mencatat banyaknya jumlah yang berhasil dilempar dan ditangkap dengan baik



Gambar 3.3 Hand Wall Toss Test

(Sumber : Narlan dan Juniar. 2020, hlm.111-112)

e. Skor :

Skor yang diambil adalah jumlah hasil tangkapan bola yang dapat dilakukan selama 30 detik.

C	Istimewa	Baik	Sedang	Kurang	Jelek
15-16 tahun	>35	30-35	20-29	15-19	<15

Tabel 3.2 Data Normatif Hand Wall Toss Test

(Sumber : Narlan dan Juniar. 2020, hlm.113)

3. Untuk mengukur hasil *jump shoot* digunakan *Speed Shooting Test*

a. Tujuan

Untuk mengukur atau mengetahui kemampuan melempar seorang atlet

b. Peralatan yang digunakan

- Ring atau keranjang
- Bola 2 buah
- Stopwatch
- Pulpen
- Meteran

c. Petugas

- 1 orang pencatat
- 1 orang memegang stopwatch
- 1 orang pembantu lapangan

d. Pelaksanaan

- Petugas membuat terlebih dahulu 5 titik yang berbeda dengan jarak 4,57 m terhadap keranjang
- Setiap titik berbeda jumlah lemparan yang harus dilakukan yaitu: 1x kali pada posisi kesatu (A), 2 kali pada posisi kedua (B), 3 kali pada posisi ketiga (C), 4 kali pada posisi keempat (D), dan 5 kali pada posisi ke lima (E).
- Waktu yang diberikan kepada atlet yaitu selama 60 detik.
- Skor maksimal yang didapat adalah 15.

e. Skor

Skor yang diambil adalah jumlah lemparan yang masuk dari seluruh lemparan selama 60 detik.



Gambar 3.4 Speed Shooting Test
(sumber : Narlan dan Juniar. 2020, hlm.133)

3.7 Teknik analisis data

Untuk mengetahui data dan menganalisis data digunakan rumus-rumus statistik. Langkah-langkah yang dilakukan menguji diterima atau tidaknya hipotesis sesuai dengan taraf nyata atau tingkat kepercayaan yang diajukan. Adapun langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

1. Menghitung skor rata-rata (mean) dari masing-masing tes, rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$\bar{X} = X_0 + P \left(\frac{\sum fici}{\sum fi} \right)$$

Keterangan :

\bar{X} = Nilai rata-rata yang dicari

X_0 = Titik tengah kelas interval

p = Panjang kelas interval

\sum = Sigma atau jumlah

fi = Frekuensi

ci = Deviasi atau simpangan baku

2. Menghitung standar deviasi atau simpangan baku, dengan rumus sebagai berikut:

$$S = P \sqrt{\frac{n \sum fici^2 - (\sum fici)^2}{n(n-1)}}$$

Keterangan :

S = Simpangan baku yang dicari

P = Panjang kelas interval

n = Jumlah sampel

ci = Deviasi atau simpangan

Fi = Frekuensi

3. Menghitung korelasi antara variabel, rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$\rho = 1 - \frac{6 \sum d_1^2}{n(n^2-1)}$$

Keterangan :

ρ = Koefisien Korelasi Rank Spearman

d_1 = beda rangking antara dua pengamatan berpasangan

4. Mencari nilai korelasi berganda dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$R_{y12} = \sqrt{\frac{r_{y1}^2 + r_{y2}^2 - 2 \cdot r_{y1} \cdot r_{y2} \cdot r_{12}}{1 - r_{12}^2}}$$

Keterangan :

R_{y12} = Nilai koefisien korelasi berganda

5. Menguji kebermaknaan korelasi berganda, rumus yang digunakan sebagai berikut:

$$F = \frac{R^2/k}{(1-R^2)/(n-k-1)}$$

Keterangan :

F = Nilai signifikan yang dicari

R^2 = Korelasi berganda

k = Banyaknya Variabel bebas

n = Jumlah sampel

6. Mencari persentase dukungan ketiga variabel bebas terhadap variabel terikat digunakan rumus determinasi, rumus yang digunakan adalah:

$$D = r^2 \times 100\%$$

Keterangan :

D = Determinasi

r = Nilai koefisien korelasi).

3.8 Langkah-langkah penelitian

Langkah-langkah yang penulis lakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Observasi ke objek penelitian
2. Menemukan metode penelitian
3. Menentukan populasi
4. Memilih dan menetapkan sampel
5. Melaksanakan pengambilan data melalui serangkaian tes
6. Mengelola dan menganalisis data
7. Pengujian hipotesis
8. Mengambil keputusan
9. Pelaporan hasil penelitian

3.9 Waktu dan tempat penelitian

Sesuai dengan metode penelitian yang digunakan, yaitu metode deskriptif yang dimana untuk pengambilan datanya hanya dilakukan satu kali pada saat tes berlangsung. Berikut rundown kegiatan penulis dalam menyelesaikan penelitian.

No	Nama Kegiatan	Waktu dan Tempat
1.	Observasi	6 Maret 2023, Lapangan Basket Dadaha
2.	Mengirimkan Surat Izin Observasi	26 Mei 2023, SMAN 5 Tasikmalaya
3.	Melakukan Penelitian	1 Juni 2023, Gor Mashud Universitas Siliwangi
4.	Mengolah Data	2 juni 2023, kediaman penulis
5.	Mengambil surat balasan izin observasi	27 juni 2023, SMAN 5 Tasikmalaya
6.	Sidang Skripsi	21 Juli 2023, Universitas Siliwangi

Tabel 3.3 Rundwon Penelitian