

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1. Metode Penelitian

Menurut Sugiyono (2017, hlm. 12) “Metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan teknik survey yaitu metode yang digunakan untuk mendapatkan data dari tempat tertentu yang alamiah, tetapi peneliti melakukan perlakuan dalam mengumpulkan data dengan tes.

Pengambilan data dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif yang dimana untuk pengambilan datanya hanya dilakukan satu kali pada saat tes berlangsung. Maka penelitian ini hanya dilakukan untuk memperoleh data dari tes saja tanpa adanya pemberian latihan atau perlakuan lagi kepada sampel setelahnya.

Menurut Sujarweni (2019, hlm. 19) “Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai masing-masing variabel, baik satu variabel atau lebih sifatnya independen tanpa membuat hubungan maupun perbandingan dengan variabel lain”. Variabel tersebut dapat menggambarkan secara sistematis dan akurat mengenai populasi atau mengenai bidang tertentu.

Metode ini digunakan untuk mengetahui kontribusi *Power* otot tungkai dan keseimbangan terhadap *Lay Up Shoot* permainan bola basket pada UKM bola basket di Universitas Siliwangi.

3.2. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2017, hlm. 38) “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”. Menurut Sugiyono (2017, hlm.39) “Menurut hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain maka macam-macam variabel dalam penelitian dapat dibedakan menjadi:

1. Variabel Independen: variabel ini *sering* disebut sebagai variabel stimulus, predictor, antecedent. Dalam Bahasa Indonesia *sering* disebut sebagai variabel bebas. Variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (terikat)

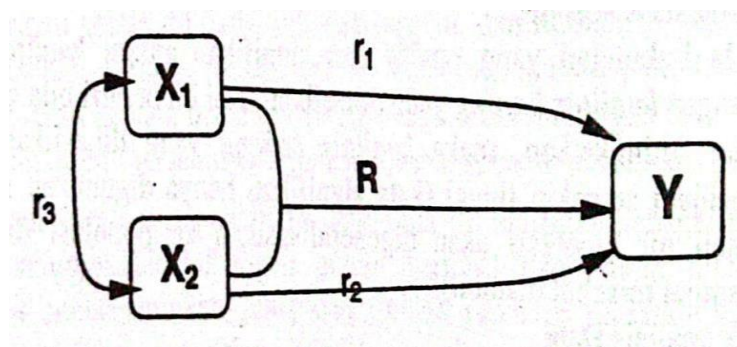
2. Variabel Dependen: *sering* disebut sebagai variabel output, kriteria konsekuen. Dalam Bahasa Indonesia *sering* disebut sebagai variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.

Dalam penelitian ini variabel-variabel yang memiliki objek penelitian meliputi:

1. Variabel kesatu (X1) *Power* otot tungkai
2. Variabel kedua (X2) keseimbangan
3. Variabel terikat (Y) adalah *Lay Up Shoot* permainan bola basket:

3.3. Desain Penelitian

Sebuah peta bagi peneliti dalam menentukan arah saat berlangsungnya proses penelitian secara benar dan tepat sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan merupakan desain penelitian. Dalam penelitian ini penulis menggunakan desain penelitian dengan paradigma ganda, hal ini sesuai dengan variabel yang penulis teliti. Menurut Sugiyono (2017, hlm.44) “paradigma ganda dengan dua variabel independen X1 dan X2 dan satu variabel dependen Y. Untuk mencari hubungan X1 dengan Y dan X2 dengan Y, menggunakan teknik korelasi sederhana. Untuk mencari hubungan X1 dengan X2 secara bersama-sama terhadap Y menggunakan korelasi ganda”.



Gambar 3.1 Desain Dua Variabel Independen

Sumber : Sugiyono (2017, hlm.44)

Keterangan :

X1 = *Power* Otot Tungkai

X2 = Keseimbangan

Y = *Lay Up Shoot* Permainan Bola Basket

3.4. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi menurut Nursalam (dalam Kusumawati, 2014, hlm. 93) adalah “Keseluruhan dari variabel yang menyangkut masalah yang diteliti”. Pada penelitian ini populasinya adalah atlet UKM Bola Basket Universitas Siliwangi dengan anggota berjumlah 85 orang.

2. Sampel

Menurut Nursalam (dalam Kusumawati, 2014, hlm.94) “Sampel adalah sebagian dari populasi yang akan dijadikan sebagai data untuk diteliti”. Sampel dalam penelitian ini adalah UKM Bola Basket Universitas Siliwangi. Dalam pemilihan populasi dan sampel tidak sembarang atau random, penentuan sampel diambil dengan pertimbangan tertentu yang dianggap mahir atau menguasai bidang yang akan diteliti. Karena semua populasi tidak diteliti, maka penulis hanya mengambil sampel sebanyak 30 orang yang didasarkan pada ciri-ciri penentuan sampel. Penentuan sampel ini dipilih dengan menggunakan teknik purposive sampling. Menurut Sugiyono (2016, hlm.85) “Purposive Sampling adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”

- a. Sampel sebagai anggota di UKM Bola Basket.
- b. Sampel dalam keadaan sehat jasmani dan rohani.
- c. Sampel bersedia mengikuti serangkaian tes yang telah direncanakan peneliti.
- d. Sampel sudah mahir melakukan teknik lay-up *Shoot*

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 keseimbangan terhadap *Lay Up Shoot* dalam permainan bola basket pada atlet UKM Bola Basket Universitas Siliwangi.

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

Untuk Instrumen tes *Lay Up* yang digunakan merupakan perkembangan dari tes menembakkan bola ke dalam keranjang sehingga peneliti memodifikasi instrument tes tersebut dengan menembakkan bola ke keranjang dengan diawali dua langkah terlebih dahulu untuk mengetahui keterampilan *Lay Up Shoot* dalam permainan bola basket. Nurhasan, Narlan Abdul, (2017) yang menjelaskan bahwa sesuai dari hasil perhitungan dengan metode Werry-Doelittle bahwa tes ini memiliki r validitas sebesar 0,89. Metode Werry-Doelittle merupakan metode tes dalam menangkap bola, melempar bola, menggiring bola dan tes menembakkan bola ke dalam ke ranjang.

a. *Standing broad jump*, dengan tujuan untuk mengukur komponen otot tungkai.

1) Tujuan : Mengukur komponen otot tungkai

2) Alat/fasilitas : Pita ukur, bak pasir/matras, bendera juri

3) Pelaksanaan : Orang coba berdiri pada papan tolak dengan lutut ditekuk sampai membentuk sudut #45o kedua lengan lurus ke belakang. Kemudian orang coba menolak ke depan dengan kedua kaki sekuat-kuatnya dan mendarat dengan kedua kaki. Orang coba diberi kesempatan 3 (tiga) kali percobaan.

4) Skor: Jarak lompatan terbaik yang diukur mulai dari dalam papan tolak sampai batas tumpuan kaki/badan yang terdekat dengan papan tolak, dari 3 kali percobaan.

b. Tes Keseimbangan Yang Dinamis *Dynamic Test of Positional Balance*

1) Tujuan : Mengukur keseimbangan dalam berbagai posisi. Tes ini untuk anak laki- laki dan perempuan, berusia 10 tahun sampai mahasiswa.

2) Alat/fasilitas : Pita ukur, Lakban

3) Pelaksaan : Orang coba berdiri di titik awal dengan mengangkat kaki kiri dilanjut berpindah ke titik selanjutnya lalu bergantian mengangkat kaki kanan dan begitu seterusnya sampai di titik akhir yang sudah ditentukan. Orang coba diberi 2 (dua) kali percobaan. Reliability sebesar 0,76 yang diperoleh dari tes-tes pada hari yang berbeda, validity masih dalam kualitas vace validity.

c. Untuk mengukur hasil *Lay Up Shoot* digunakan tes *Lay Up Shoot*

1) Tujuan : mengukur hasil *Lay Up Shoot*.

2) Pelaksanaan : Orang berdiri di samping kanan, tengah, dan kiri. Masing masing melakukan *Lay Up Shoot*, *Lay Up* kanan 3 kali, *Lay Up* tengah 4 kali dan *Lay Up* kiri 3 kali.

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

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

Arti tanda-tanda tersebut adalah :

X = Nilai rata-rata yang dicari

X₀ = Titik tengah skor yang memuat tanda kelas dengan nilai c =

P = Panjang kelas interval

∑ = Sigma atau jumlah

Fi = Frekuensi

Ci = Deviasi atau simpangan

- 2) Menghitung Standar deviasi atau simpangan baku dengan rumus sebagai berikut.

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

S = Simpangan baku yang dicari

P = Panjang kelas interval

N = Jumlah sampel

Ei = Deviasi atau simpangan

- 3) Menghitung variabel dari masing-masing variabel tes, rumus yang digunakan adalah sebagai berikut.

$$S^2 = P^2 \left(\sqrt{\frac{n \sum f_1 c_1^2 - (\sum f_1 c_1)^2}{n(n-1)}} \right)$$

Arti tanda-tanda tersebut adalah :

S^2 = Nilai koefisien korelasi yang dicari

C_1 = Deviasi atau simpangan

N = Jumlah sampel

- 4) Menghitung koefisien antara variabel, rumus yang digunakan sebagai berikut..

$$R = 1 - \frac{6 \sum b^2}{n(n^2 - 1)}$$

Arti tanda-tanda tersebut adalah :

R = Nilai koefisien yang dicari

B = Beda rangking

N = Jumlah sampel

- 5) Mencari nilai korelasi berganda (*multiple correlation*) dengan menggunakan rumus sebagai berikut

$$R_{y12} = \sqrt{\frac{r_{y_1^2} + r_{y_2^2} - 2 \cdot r_{y_1} \cdot r_{y_2} \cdot r_{12}}{1 - r_{12}^2}}$$

F = Nilai signifikansi yang dicari

R^2 = Korelasi berganda

k = Banyaknya variabel bebas

n = Jumlah sampel

- 6) Menguji kebermaknaan korelasi berganda, rumus yang digunakan sebagai berikut.

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

F = Nilai signifikan yang dicari

R^2 = Korelasi berganda

K = Banyaknya variabel bebas

N = Jumlah sampel

- 7) Mencari presentase dukungan kedua variabel bebas terhadap variabel terikat digunakan rumus determinasi. Rumus yang digunakan adalah:

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

Arti tanda dalam rumus tersebut adalah:

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. Maka penelitian ini hanya dilakukan untuk memperoleh data dari tes saja tanpa adanya pemberian latihan atau perlakuan lagi kepada sampel setelahnya. Pengambilan data tersebut dilaksanakan pada bulan Juli 2023 di Gedung Mashud Wisnu Saputra Universitas Siliwangi.