

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Menurut (Sugiyono, 2019, hlm. 2) metode penelitian merupakan “proses-proses kegiatan dalam bentuk pengumpulan data, analisis, dan memberikan interpretasi yang terkait dengan tujuan penelitian”. Dari pendapat tersebut sesuai dengan permasalahan penelitian yaitu pengaruh latihan akurasi terhadap ketepatan *long passing* Sekolah Sepak Bola Tunas Harapan usia 16 tahun. Oleh karena itu metode penelitian yang digunakan oleh peneliti yaitu metode eksperimen.

Mengenai penelitian eksperimen, (Sugiyono, 2019, hlm. 110) menjelaskan bahwa “penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang dilakukan dengan percobaan yang merupakan metode kuantitatif, dan digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (treatment/perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendalikan”.

Dari kutipan tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian eksperimen diperlukan adanya suatu faktor yang diuji cobakan. Sejalan dengan pengertian eksperimen sebagaimana dikemukakan diatas, peneliti dapat menyebutkan bahwa faktor yang diuji cobakan dalam penelitian ini adalah latihan akurasi terhadap ketepatan *long passing* Sekolah Sepak Bola Tunas Harapan usia 16 tahun yang bertujuan untuk mengetahui suatu hasil dari eksperimen.

3.2 Variabel Penelitian

Dalam Penelitian ini terdapat dua variable yang diamati yaitu variable bebas (Independent) X dan variable Terikat (dependen). Adapun variable bebas X pada penelitian ini yaitu “Pengaruh Latihan Akurasi”. Sedangkan Variabel Terikat pada penelitian ini yaitu “Terhadap Ketepatan *Long Passing* Sekolah Sepak Bola Tunas Harapan Usia 16 Tahun ”.

3.3 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen yaitu *One-Grup Pretest-Posttest*, penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang memandang tingkah laku manusia dapat diramal dan objektif dan dapat diukur, sehingga penelitian kuantitatif ini gejala-gejala hasil pengamatan dikonversikan ke dalam angka-angka yang dianalisis menggunakan statistik. Penelitian kuantitatif ini masuk kedalam penelitian eksperimen. Adapun penelitian metode eksperimen merupakan salah satu metode kuantitatif, eksperimen ini berarti mencoba mencari yang mengkonfirmasi atau membuktikan hubungan kausal atau sebab akibat, yang merupakan inti dari penelitian eksperimen (Sugiyono, 2019, hlm. 110).

Sehingga dapat dikemukakan bahwa metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang dilakukan dengan percobaan yang merupakan metode kuantitatif, dan digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (treatment/perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendalikan. Kondisi dikendalikan ini agar tidak ada variabel lain selain variabel Independen (treatment) yang mempengaruhi variabel dependen agar kondisi dapat dikendalikan maka dalam penelitian eksperimen menggunakan kelompok control (Sugiyono, 2019, hlm. 111). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan desain *one-group pretest - posttest design* yaitu dengan pemberian pretest dan posttest. sehingga pengaruh treatment dapat dihitung dengan cara membandingkan nilai postes dengan pre-test, bila nilai posttest lebih besar dari pretest maka perlakuan berpengaruh positif (Sugiyono, 2019, hlm. 113).

O₁ X O₂

Gambar 3.8 Model Eksperimen dengan Desain *One Group Pretest-posttest Design*

Sumber : (Sugiyono, 2019, hlm.114)

Keterangan gambar :

Subjek : Atlet Sekolah Sepak Bola Tunas Harapan Usia 16 Tahun

O₁ : Tes awal (*pre-test*) Ketepatan *Long Passing*

X : Perlakuan (*Treatment*) Latihan Akurasi

O₂ : Tes akhir (*post-test*) Ketepatan *Long Passing*

3.4 Populasi dan Sampel

a. Populasi

Menurut (Sugiyono, 2019, hlm 126) Populasi adalah “keseluruhan elemen yang akan dijadikan wilayah generalisasi, populasi merupakan keseluruhan subjek yang akan diukur yang merupakan unit yang diteliti”. Dalam hal ini populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet Sekolah Sepak Bola Tunas Harapan Usia 16 Tahun yaitu sebanyak 27 orang atlet.

b. Sampel

Menurut (Arikunto, 2014, hlm. 174) “dalam penelitian kuantitatif sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti”. Peneliti pada pelaksanaannya mengambil sebagian dari populasi untuk dijadikan sampel dengan kebutuhan penelitian sesuai kriteria yaitu atlet yang kurang pada ketepatan *long passing*. Sampel yang digunakan oleh peneliti diambil sebanyak 20 orang atlet Sekolah Sepak Bola Tunas Harapan Usia 16 Tahun. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Purposive Sampling* atau Sampel bertujuan. Dimana *Purposive Sampling* ini dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Menurut (Arikunto, 2014, hlm. 183) “teknik sampling ini dilakukan karena beberapa pertimbangan seperti, keterbatasan waktu, tenaga, dan dana sehingga tidak dapat mengambil sample yang besar dan terlalu jauh”.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Tersedianya data yang akurat adalah salah satu faktor pendukung suatu penelitian, data-data yang terkumpul diperoleh melalui pengumpulan data. Menurut Sugiyono (2019, hlm. 296) “Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian ini adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan.”.

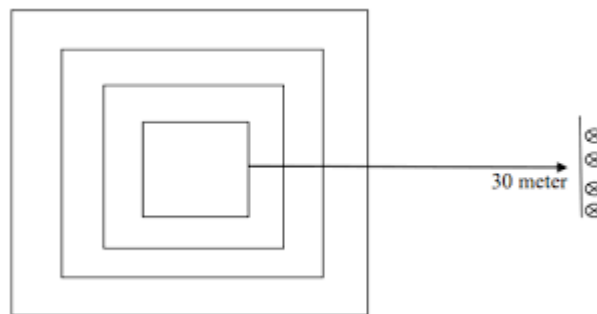
1. Studi Lapangan (*field research*), adalah pengamatan langsung ke obyek yang diteliti guna mendapatkan data yang relevan. Dalam penelitian ini peneliti melakukan pengamatan langsung di lapangan sepak bola Indihiang Kota Tasikmalaya.
2. Teknik Tes. Teknik ini digunakan untuk memperoleh data mengenai pengaruh latihan akurasi sebelum dan setelah mengikuti latihan. Tes yang digunakan untuk mengukur ketepatan long passing adalah menendang bola ke target dengan ukuran yang sudah di tentukan peneliti.

3.6 Instrumen Penelitian

Menurut (Arikunto, 2002, hlm. 136) Instrumen penelitian adalah “alat atau fasilitas yang digunakan dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah digunakan dan hasilnya baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah”. Berdasarkan pendapat diatas, instrumen penelitian adalah cara peneliti dalam mengumpulkan data dan juga alat untuk digunakan dalam penelitian tersebut. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah tes awal dan tes akhir berupa penerapan ketepatan *long passing* Sekolah Sepak Bola Tunas Harapan usia 16 tahun.

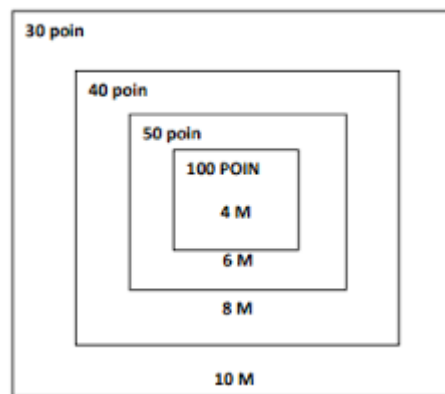
Dalam penelitian ini instrumen penelitian yang digunakan oleh peneliti dalam mengambil data yaitu tes tendangan *long passing* Bobby Charlton (Danny Mielke, 2007, hlm. 26). Tes tendangan *long passing* Bobby Charlton adalah sebagai berikut :

- 1) tentukan daerah 10 m^2
 - 2) buat lagi tiga bidang persegi yang lebih kecil, bidang persegi yang paling tengah luasnya 4 m^2 , bidang berikutnya 6 m^2 , dan bidang ke tiga adalah 8 m^2
 - 3) Setiap bidang memiliki nilai poin sendiri-sendiri, bidang yang paling tengah bernilai 100 poin, bidang berikutnya 50 poin, bidang berikutnya 40 poin, dan bidang yang paling luar bernilai 30 poin. Jarak bola yang ditendang sejauh 30 meter, semua tendangan dihitung dari titik tengah sasaran yang paling dalam (terkecil). Masing-masing pemain diberi 4 kali kesempatan menendang. Tujuan dari tes ketepatan *long passing* ini adalah untuk mengukur keterampilan dan ketepatan dalam teknik dasar *long passing*.
1. Peralatan yang digunakan tes ketepatan *long passing* :
 - a) Bola 4 buah
 - b) Lapangan sepak bola
 - c) Tali rafia (untuk pembatas sasaran)
 - d) Meteran
 - e) Formulir tes dan pulpen
 - f) Peluit
 2. Petugas tes ketepatan *long passing* :
 - a) 1 orang pencatat
 - b) 1 orang pengamat jatuhnya bola
 3. Pelaksanaan tes *long passing* :
 - a) Pemain diberikan penjelasan mengenai pelaksanaan tes tendangan *long passing*
 - b) Pemain diperkenankan untuk melakukan uji coba tes 2 kali.
 - c) Pemain melakukan uji tes secara satu persatu dengan 4 kali percobaan setiap sampel.
 - d) Petugas mencatat setiap poin yang didapat untuk setiap bola yang di tendang.
 - e) Gerakan yang dinyatakan gagal apabila bola yang ditendang tidak masuk kedalam kotak sasaran atau jatuh diluar kotak sasaran maka skornya 0



Gambar 3.9 Jarak dan Target Tes Tendangan *Long Passing*

Sumber : Bobby Charlton dalam (Adhe Saputra, Adji Nugraha, 2021, hlm. 65)



Gambar 3.10 Bidang Sasaran Tes Tendangan *Long Passing*

Sumber ; Bobby Charlton dalam (Adhe Saputra, Adji Nugraha, 2021, hlm. 65)

4. Penilaian tes tendangan *long passing*

Skor yang diambil adalah jumlah keseluruhan skor dari 4 tendangan yang dilakukan oleh atlet. Kemudian membandingkan dengan hasil tes sebelumnya untuk menentukan latihan yang sesuai.

3.7 Teknik Analisis Data

Langkah yang harus ditempuh untuk menguji diterima atau ditolaknya hipotesis, dalam pengolahan data penulis menggunakan rumus-rumus statistik sebagai berikut :

- 1) Membuat distribusi frekuensi.
- 2) Menghitung skor rata-rata (mean) dari masing-masing tes, rumus yang digunakan

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

Keterangan

x = skor yang didapat

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

Σ = Sigma atau jumlah

n = jumlah sampel

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

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

Keterangan :

S = simpangan baku yang dicari

n = jumlah sampel

Σ = sigma atau jumlah

\bar{X} = nilai rata-rata

4) Menghitung varians dari masing-masing tes, rumus yang digunakan adalah sebagai berikut.

$$s^2 = \frac{\sum(x - \bar{x})^2}{n - 1}$$

Keterangan :

S^2 = Nilai varians yang dicari

n = Jumlah sampel

Σ = Sigma atau jumlah

5) Menguji normalitas data dari setiap tes melalui uji Liliefors, dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

a) Skor perolehan dijadikan angka baku dengan rumus :

$$Z = \frac{x - \bar{x}}{s}$$

b) $F(Z_i) = P(Z \leq Z_i)$

- c) Menghitung proporsi Z_i atau $[S(Z_i)]$ dengan rumus :

$$\frac{Z_1, Z_2, Z_3, \dots, Z_n}{n}$$

- d) Menghitung selisih mutlak : $|F(Z_i) - S(Z_i)|$
- e) Ambil harga yang paling besar dari harga mutlak tersebut sebagai Leliefors hitung (L_o)
- f) Bandingkan L_o dengan L_{tabel} jika L_o lebih kecil atau sama dengan L_{tabel} , maka data berdistribusi normal dan tolak dalam hal lainnya
- 6) Uji homogenitas ini digunakan untuk memperoleh nilai dari dua kelompok data apakah mempunyai variansi yang homogen atau tidak. Menguji homogenitas data dari setiap kelompok melalui penghitungan statistik UJI F (FISHER) dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$F_{hitung} = \frac{S_1^2}{S_2^2}$$

Keterangan : $S_1^2 =$ Variansi Terbesar

$S_2^2 =$ Variansi Terkecil

Dengan db_1 (variansi terbesar sebagai pembilang) = $n_1 - 1$

db_2 (Variansi terkecil sebagai penyebut) = $n_2 - 1$

- 7) Uji T-test ini digunakan untuk memperoleh nilai dari kedua kelompok Populasi yang menggunakan media Target Sasaran Long Passing dan yang tidak menggunakan Target Sasaran Long Passing.

$$t' = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2}}}$$

3.8 Langkah – langkah Penelitian

Langkah-langkah yang ditempuh dalam penelitian ini meliputi tiga tahap penelitian yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap akhir. Adapun dengan Langkah-langkah sebagai berikut :

Tahap Persiapan :

- 1) Observasi ke tempat penelitian, yaitu dilapangan Indihiang setiap jadwal latihan dan menemui pelatih Sekolah Sepak Bola Tunas Harapan untuk meminta izin penelitian.
- 2) Menyusun proposal penelitian yang dibantu oleh dosen pembimbing.
- 3) Melakukan seminar proposal untuk memperoleh masukan-masukan dalam pelaksanaan penelitian.
- 4) Pengurusan surat-surat penelitian rekomendasi.

Tahap Pelaksanaan :

- 1) Memberikan pengarahan kepada sampel mengenai proses pelaksanaan tes, tes awal, treatment dengan latihan 16x pertemuan penerapan latihan akurasi terhadap keterampilan ketepatan *long passing*.
- 2) Melakukan pengambilan data yaitu tes awal dan tes akhir

Tahap Akhir :

- 1) Melakukan pengelolaan data hasil penelitian dengan menggunakan rumus rumus statistik.
- 2) Menyusun draft skripsi lengkap dengan hasil penelitian, kemudian melakukan bimbingan kepada Dosen pembimbing skripsi yang telah ditetapkan UPTA.
- 3) Ujian sidang skripsi, ini adalah tahap terakhir dari rangkaian kegiatan penelitian yang penulis lakukan sekaligus penyempurnaan skripsi yang disusun

3.9 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus - Oktober 2023. Tempat dilaksanakannya penelitian ini yaitu di Lapangan Sepak Bola Indihiang Kota Tasikmalaya, yang terletak di Jl. Letjen Ibrahim Adjie, nomor 102 Kelurahan Indihiang, Kecamatan Indihiang. Jadwal penelitian dapat dilihat pada table berikut :

Tabel 3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

| No | Kegiatan | Bulan (2023) | | | | | | |
|----|--|--------------|-----|-----|-----|------|-----|-----|
| | | Apr | Mei | Jul | Ags | Sept | Okt | Nov |
| 1. | Tahap Perencanaan | | | | | | | |
| | a. Melaksanakan observasi ke lapangan Indihiang. | | | | | | | |
| | b. Penyusunan proposal | | | | | | | |
| | c. Seminar proposal penelitian. | | | | | | | |
| | d. Pengurusan surat-surat penelitian rekomendasi. | | | | | | | |
| 2 | Tahap Pelaksanaan | | | | | | | |
| | a. Memberikan pengarahan kepada sampel mengenai proses pelaksanaan tes, tes awal, treatment dengan latihan 16x pertemuan penerapan latihan akurasi terhadap keterampilan | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|--|--|--|
| | ketepatan long passing. | | | | | | | |
| | b. Melakukan pengambilan data yaitu tes awal dan tes akhir | | | | | | | |
| 2. | Tahap Akhir | | | | | | | |
| | a. Melakukan pengolahan data hasil penelitian | | | | | | | |
| | b. Menyusun draft skripsi lengkap dengan hasil penelitian, kemudian melakukan bimbingan kepada Dosen pembimbing skripsi | | | | | | | |
| | c. Ujian sidang skripsi | | | | | | | |