

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1. Metode Penelitian

Metodologi berasal dari kata “metode” yang artinya cara yang tepat untuk melakukan sesuatu, dan “logos” yang artinya ilmu atau pengetahuan. Jadi metodologi artinya cara melakukan sesuatu dengan menggunakan pikiran secara seksama untuk mencapai suatu tujuan. Sedangkan penelitian adalah suatu kegiatan mencari, mencatat dan merumuskan dan menganalisis sampai menyusun laporannya. Menurut Sugiyono (dalam Prayoga 2020) metode penelitian adalah “cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu” (hlm. 27).

Untuk membuktikan hipotesis yang penulis ajukan dalam penelitian ini, metode yang peneliti lakukan yaitu metode eksperimen. Hal ini sesuai dengan pendapat Sugiyono (2017) bahwa “Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan” (hlm.72). Eksperimen yang dilakukan oleh penulis yaitu dengan mengujicobakan bentuk-bentuk latihan *passing* terhadap peningkatan keterampilan *short passing* dalam permainan sepakbola. Penelitian ini dilakukan selama 16 kali pertemuan, Menurut Harsono (2015) “Sebaiknya latihan dilakukan tiga kali dalam seminggu dan diselingi dengan istirahat untuk memberikan kesempatan bagi otot untuk berkembang dan mengadaptasikan diri pada hari istirahat tersebut.” (hlm. 194). Hasil percobaan latihan tersebut diharapkan dapat menentukan kedudukan perhubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat yang akan di uji.

3.2. Variabel Penelitian

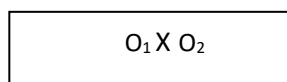
Variabel penelitian menurut Sugiyono (2017) “variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya” (hlm. 38). Variabel-variabel penelitian banyak macamnya, tetapi disini peneliti akan membahas mengenai variabel independen dan variabel dependen yang sesuai dengan penelitian ini.

Menurut Sugiyono (2017) “variabel independen sering disebut dengan variabel bebas. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen” (hlm. 39). Menurut Sugiyono (2017) “variabel dependen sering disebut dengan variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas” (hlm. 39). variabel terikat dalam penelitian ini adalah *passing control* dalam permainan sepakbola. Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

- Variabel bebas : Bentuk-bentuk latihan *passing*
- Variabel terikat : Teknik dasar *short passing*

3.3. Desain Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one-grup pretest-posttest design*. Menurut Sugiyono (dalam Gunawan 2019) “*one-group pretest-posttest design* ini terdapat present sebelum memberi perlakuan” (hlm. 33). Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3. 1 Desain Penelitian

Sumber : Sugiyono (dalam Gunawan 2019)

3.4. Populasi dan Sampel

Populasi menurut Sugiyono (dalam Prayoga 2020) “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya” (hlm.29). Melihat dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa populasi adalah seluruh atau seua objek yang berada di wilayah generalisasi yang digunakan dalam penelitian. Populasi dalam penelitian

ini adalah siswa SSB Kuda Kuningan kelompok usia 14-15 tahun. Jumlah populasi yang berada pada kelompok usia 14-15 ini berjumlah 20 orang.

Sedangkan sampel menurut Sugiyono (dalam Prayoga 2020) “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut” (hlm.29). Sampel yang diambil merupakan bagian dari populasi tersebut. Pada pelaksanaan penelitian ini peneliti menggunakan teknik sampling jenuh yaitu menentukan semua populasi untuk dijadikan sampel penelitian, dengan kriteria bahwa sampel harus dalam keadaan sehat jasmani dan rohaninya. Sampel yang mengikuti penelitian sebanyak 20 orang. Menurut Sugiyono (2017) “ Sampling jenuh adalah teknik pengambilan sampel bila semua populasi digunakan sebagai sampel, hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil (<30 orang) atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan keasalahan yang sangat kecil.” (hlm. 85).

3.5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan dari penelitian adalah mendapatkan data. Adapun teknik engumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah tes dan pengukuran. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut .:

1. Tes

Teknik tes digunakan dalam penelitian ini untuk memperoleh data hasil pengukuran, baik sebelum perlakuan maupun setelah perlakuan terhadap para siswa dalam upaya meningkatkan keterampilan *short passing* dalam permainan sepakola. Prosedur pemberian tes dilakukan sebelum proses latihan (tes awal) dan setelah proses latihan (tes akhir) pada saat penelitian eksperimen.

Tes awal (*pretest*), tes awal dilakukan guna mengetahui data awal dari subjek penelitian berkenaan dengan keterampilan *passing* dalam permainan sepakbola. Tes awal dilakukan untuk mengetahui keterampilan awal *passing* pada siswa sebelum diberikan perlakuan.

Tes akhir (*postest*), tes akhir dalam penelitian ini sama halnya dengan tes awal, tujuan dari tes akhir ini untuk mengetahui hasil akhir keterampilan *passing* pada siswa setelah diberikan perlakuan.

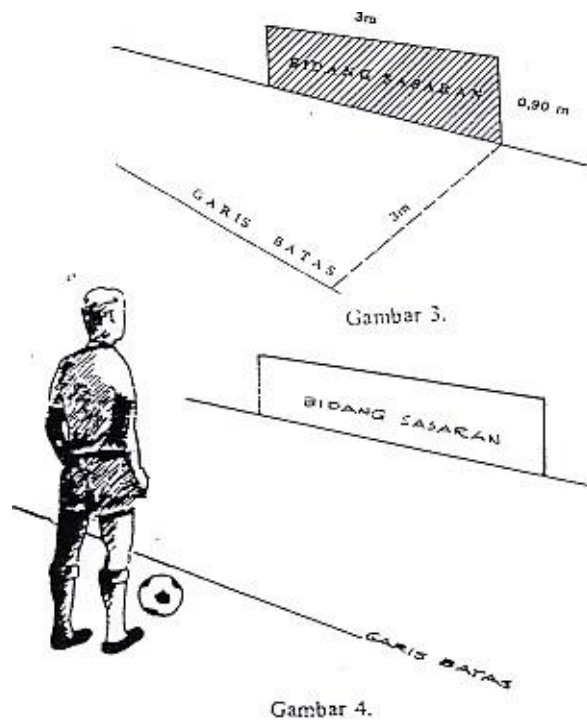
3.6. Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data yang di perlukan dalam penelitian ini, diperlukan suatu instrumen penelitian. Menurut Sugiyono (dalam Prayoga 2020) “instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati” (hlm. 30). Tes ini bertujuan untuk mengukur keterampilan menendang dan menghentikan bola. Alat dan perlengkapan tesnya adalah *cones*, *stopwatch*, bola, peluit, papan/dinding dan asisten.

Cara melakukan tes *passing* menurut Widiastuti (dalam Prayoga 2020) mengatakan bahwa :

Siswa (*testee*) berdiri di belakang garis batas yang berjarak 3 meter ke kotak yang berukuran 3 meter X 0,9 meter, bola diletakkan di depan kakinya, dalam keadaan siap menyepak bola. kemudian pengambil waktu memberi aba-aba “MULAI” dan menjalankan *stop watch*nya. Siswa (*testee*) segera menyepak bola ke arah dinding pantul. Pantulan bola kembali dihentikan dan ditahan sebentar dan segera disepak kembali ke arah dinding. Ini dilakukan berulang-ulang selama 10 detik. Waktu menyepak dan menghentikan bola, siswa (*testee*) harus tetap berada dibelakang garis bata. Apabila siswa (*testee*) tidak dapat menghentikan dan menahan bola, bahkan bola memantul jauh, siswa (*testee*) harus mengambilnya kembali dan memainkan bola lagi, sampai batas waktu yang ditentukan.

Tepat 10 detik, pengambil waktu memberi aba-aba “STOP” dan menghentikan *stop watch*nya. Siswa (*testee*) segera berhenti melakukan tes tersebut. Pada waktu siswa (*testee*) melakukan tes, pengawas mengawasi perkenaan bola pada bidang sasaran dan menghitung berapa kali siswa (*testee*) dapat menyepak dan menghentikan bola dari belakang garis batas selama 10 detik (hlm. 30).



Gambar 3. 2 Tes Passing

Sumber : Widiastuti (dalam Prayoga 2020)

Dalam penilaian skor yang diambil adalah jumlah frekuensi yang terbanyak dari 2 kali kesempatan yang dilakukan oleh atlit/siswa. Analisis paling baik adalah membandingkan dengan hasil tes sebelumnya untuk menentukan latihan yang sesuai.

3.7. Teknik Analisis Data

Langkah-langkah yang dilakukan untuk menguji diterima atau ditolaknya hipotesis dalam pengelolaan penulis menggunakan statistika dari buku yang di tulis Narlan, Juniar (2021) dengan menggunakan rumus-rumus statistika sebagai berikut :

1. Menghitung skor rata-rata (*mean*) dari masing-masing tes, rumus yang digunakan

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

Keterangan :

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

Σ = Sigma atau jumlah

N = jumlah sampel

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

$$S = \sqrt{\frac{\Sigma(X - \bar{X})}{n - 1}}$$

Keterangan :

S = simpangan baku yang dicari

n = jumlah sampel

Σ = sigma atau jumlah

\bar{X} = nilai rata-rata

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

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

Keterangan :

S^2 = Nilai varians yang dicari

n = jumlah sampel

Σ = sigma atau jumlah

4. Menguji normalitas data dari setiap tes melalui uji Lilliefors, dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

- a. Skor perolehan dijadikan angka baku dengan rumus :

$$Z = \frac{X - \bar{X}}{S}$$

- b. Menghitung peluang untuk tiap angka baku dengan rumus :

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

- 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 : $| F (Z_i) - S (Z_i) |$

Ambil harga yang paling besar dari harga mutlak tersebut sebagai

Leliefors hitung (L_o)

e. 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. (hlm. 106-168)

5. Uji homogenitas ini digunakan untuk memperoleh nilai dari dua rata-rata kelompok data apakah mempunyai varians 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) = $n_2 - 1$

6. Uji T-test untuk Uji Dua Rata-Rata Populasi Berhubungan

$$t = \frac{\sum d_i}{\sqrt{\frac{N \sum d_i^2 - (\sum d_i)^2}{N-1}}} \quad \text{atau} \quad t = \frac{\bar{D}}{S_{\bar{D}}}$$

Keterangan:

d = selisih Pre Test dan Post test

\bar{D} = rerata Selisih Pre Test dan Post test

$S_{\bar{D}}$ = Simpangan baku rerata

3.8. Langkah-langkah Penelitian

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

1. Menentukan populasi

Populasi yang di ambil dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa SSB Kuda Kuningan pada kelompok usia 14-15 tahun yang berjumlah 20 orang.

2. Memilih dan menetapkan sampel

Sampel yang diambil merupakan bagian dari populasi tersebut. Pada pelaksanaan penelitian ini peneliti menggunakan teknik sampling jenuh yaitu menentukan semua populasi untuk dijadikan sampel penelitian, dengan kriteria bahwa sampel harus dalam keadaan sehat jasmani dan rohaninya. Sampel yang mengikuti penelitian sebanyak 20 orang

3. Mengadakan tes awal

Tes awal dilakukan guna mengetahui data awal dari subjek penelitian berkenaan dengan keterampilan *passing* dalam permainan sepakbola. Tes awal dilakukan untuk mengetahui keterampilan awal *passing* pada siswa sebelum diberikan perlakuan.

4. Melaksanakan proses latihan

Perlakuan dilakukan untuk mengikuti program latihan yang telah disusun. Adapun perlakuan yang digunakan menurut bentuk-bentuk latihan yang digunakan yaitu bentuk latihan *el rondo*, *circle passing drill*, *passing diamond* dan *passing triangle*.

5. Melakukan tes akhir

Tes akhir dalam penelitian ini sama halnya dengan tes awal, tujuan dari tes akhir ini untuk mengetahui hasil akhir keterampilan *passing* pada siswa setelah diberikan perlakuan.

6. Memeriksa data yang telah diperoleh

Memeriksa kembali data yang telah diperoleh, memastikan data yang diperoleh sesuai dengan yang dihasilkan dalam penelitian.

7. Mengolah data

Tujuan dari mengolah data ini untuk memperoleh kesimpulan hasil analisis. Hasil analisis yang menjadi akar penolakan atau penerimaan hipotesis dan harus dibahas dalam pemecahan masalah.

8. Melakukan pengujian hipotesis

Uji hipotesis merupakan bagian dari statistik inferensial yang bertujuan untuk menarik kesimpulan mengenai suatu populasi berdasarkan data yang diperoleh dari sampel populasi tersebut.

9. Mengambil kesimpulan

Yang terakhir menarik kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan apakah terdapat pengaruh yang signifikan atau tidak dari bentuk-bentuk latihan terhadap keterampilan *passing* pada siswa kelompok usia 14-15 tahun di SSB Kuda Kuningan.

3.9. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini direncanakan akan dilakukan pada bulan Maret 2022 di sekolah sepakbola Kuda Kuningan, tepatnya di lapangan sepakbola kecamatan Garawangi.