

## **BAB 3**

### **PROSEDUR PENELITIAN**

#### **3.1 Metode Penelitian**

Menurut Sugiyono (2016) mengemukakan bahwa “Metode penelitian pada dasarnya cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan penggunaan tertentu. Dengan demikian penelitian itu di gunakan dengan berbagai macam metode penelitian yang di tinjau dari caranya” (hlm.2).

Dalam penelitian ini sesuai dengan masalah yang dihadapi, maka penulis menggunakan metode eksperimen. Metode eksperimen menurut Sugiyono (2016) “Metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan” (hlm.72). Dalam penelitian ini metode eksperimen dengan teknik *simple random sampling* digunakan untuk mengetahui dampak latihan *Dribble Z Pattern dan X Pattern terhadap* hasil kecepatan *dribble* ekstrakurikuler futsal SMK Plus Alhasanah. Dari kutipan tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam suatu penelitian eksperimen diperlukan adanya suatu faktor yang diuji cobakan. Sejalan dengan pengertian eksperimen sebagaimana yang dikemukakan diatas, penulis dapat menyebutkan bahwa faktor yang diuji cobakan dalam penelitian ini adalah latihan *Dribble Z Pattern dan X Pattern terhadap* hasil kecepatan *dribble* ekstrakurikuler futsal SMK Plus Alhasanah yang bertujuan untuk mengetahui suatu hasil dari eksperimen.

#### **3.2 Variabel Penelitian**

Menurut Sugiyono (2017) (Alfabeta), “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” (hlm. 38).

Variabel dalam penelitian ini menggunakan 2 variabel bebas yang terdiri dari *Dribble Z Pattern*, dan *Dribble X Pattern*. Selain itu 1 variabel terikat yaitu kecepatan *dribble*.

#### **3.3 Desain Penelitian**

Desain penelitian dipilih atau digunakan berdasarkan kebutuhan serta situasi dan kondisi dari pelaksanaan penelitian. Desain juga merupakan gambaran

mengenai bentuk pelaksanaan penelitian yang dilaksanakan. Dalam suatu penelitian eksperimen perlu dipilih suatu desain yang tepat sesuai dengan kebutuhan variabel-variabel yang terkandung dalam tujuan penelitian dan hipotesis yang diajukan. Desain yang penulis gunakan adalah model *pretest-treatment-posttest* yang divisualisasikan pada gambar berikut :



Gambar 3. 1 Model Eksperimen dengan Desain *One Group Pretest-Posttest Design*  
(Sugiyono, 2015: 111)

Keterangan gambar :

Subjek : Ekstrakurikuler Futsal SMK Plus Alhasanah

O<sub>1</sub> : Tes awal (*Pre-test*) *Dribble*

X : Perlakuan (*Treatment*) latihan *Dribble Z Pattern dan X Pattern*

O<sub>2</sub> : Tes akhir (*Post-test*) *Dribble*

### 3.4 Populasi dan Sampel

#### 3.4.1 Populasi

Menurut Sutrisno Hadi (2000) (dalam jurnal Indriansah, 2016) “Populasi adalah seluruh penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai satu sifat yang sama”. Selanjutnya Sudjana (2002) (dalam jurnal Indriansah, 2016) Populasi adalah “Totalitas semua nilai yang mungkin, hasil menghitung pengukuran kuantitatif dan kualitatif mengenai karakteristik tertentu mengenai sekumpulan objek yang jelas dan lengkap”. Sedangkan menurut Sugiono (2009) (dalam jurnal Indriansah, 2016) menyatakan bahwa “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: Obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.” Berdasarkan pendapat tersebut populasi dalam penelitian ini adalah anggota ekstrakurikuler futsal SMK Plus Alhasanah Tasikmalaya sebanyak 42 orang.

### 3.4.2 Sampel

Penarikan atau pembuatan sampel dari populasi untuk mewakili populasi disebabkan untuk mengangkat kesimpulan penelitian sebagai suatu yang berlaku bagi populasi. Dikatakan bahwa “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut” (Sugiyono, 2013 dalam Indriansah, 2016). Jika kita hanya meneliti sebagian dari populasi, maka penelitian tersebut disebut penelitian sampel, sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti, dinamakan penelitian sampel apabila kita bermaksud untuk menggeneralisasikan penelitian sampel.

Dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel dengan menggunakan teknik *simple random sampling*, Menurut sugiyono (2017) “*simple random sampling* adalah pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu” (hlm. 82). Alasan penulis menggunakan teknik sampling ini karena obyek yang diteliti adalah ekstrakurikuler futsal SMK Plus Alhasanah Tasikmalaya yang mengikuti kegiatan latihan pada setiap minggunya. Maka peneliti mengambil sampel anggota ekstrakurikuler futsal SMK Plus Alhasanah Tasikmalaya yang berjumlah 20 orang karena dianggap selalu hadir dan mengikuti kegiatan latihan setiap minggunya dan juga sehat jasmani.

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

Tersedianya data yang akurat merupakan salah satu faktor yang mendukung suatu penelitian, data tersebut diperoleh melalui pengumpulan data. Menurut Sugiono (2015) “Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian ini adalah mendapatkan data” (hlm. 308). Dalam penelitian ini, penulis menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut :

- 1) Studi lapangan (*field research*), yaitu pengumpulan data dengan cara terjun langsung ke lapangan untuk melaksanakan eksperimen pelaksanaan latihan *dribble z pattern* dan *x pattern*.

- 2) Teknik Tes. Teknik ini digunakan untuk memperoleh data mengenai kecepatan *dribble* pemain sebelum dan sesudah mengikuti latihan. Tes yang digunakan untuk mengukur kecepatan *dribble* adalah tes *dribble*.

### 3.6 Instrumen Penelitian

Keberhasilan suatu penelitian dipengaruhi oleh tepat dan tidaknya alat dan teknik yang digunakan. Dalam hal ini menurut Arikunto (2002) (dalam jurnal Indriansah, 2016) menyatakan bahwa “Instrumen pengumpulan data sebagai penentuan dan penyusunan alat atau teknik pengumpulan data merupakan salah satu kegiatan dalam perencanaan penelitian.” Keberhasilan penelitian sangat ditentukan oleh baik dan tidaknya alat atau teknik yang digunakan. Seperti yang dikatakan oleh Arikunto (2002) (dalam jurnal Indriansah, 2016) menyatakan “Instrumen pengumpulan data sebagai alat yang dipilih dan digunakan peneliti dalam kegiatannya untuk mengumpulkan data agar kegiatan tersebut lebih sistematis dan dipermudah.” Dari itu semua dapat disimpulkan bahwa instrumen adalah alat yang digunakan oleh peneliti untuk mempermudah peneliti dalam pengumpulan data.

Berdasarkan pendapat diatas, instrumen penelitian adalah cara seorang peneliti mengumpulkan data dan juga alat atau apa saja untuk digunakan dalam penelitian tersebut. Dalam penelitian ini instrument yang digunakan adalah tes awal dan tes akhir berupa *dribble*.

Menurut Narlan dan Juniar (2017) Prosedur pelaksanaan tes menggiring bola (*dribbling*):

- a. Pada aba-aba “Siap” testee berdiri di belakang garis start dengan bola dalam penguasaan kakinya.
- b. Pada aba-aba “Ya”, testee mulai menggiring bola ke arah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya menuju rintangan berikutnya sesuai dengan arah panah yang telah ditetapkan sampai ia melewati garis finish.
- c. Salah arah dalam menggiring bola, ia harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki dimana melakukan kesalahan dan selama itu pula stopwatch tetap berjalan.
- d. Menggiring bola dilakukan oleh kaki kanan dan kiri bergantian, atau minimal

salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan.

Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila:

1. Testee menggiring bola hanya dengan menggunakan satu kaki saja.
2. Testee menggiring bola tidak sesuai dengan arah panah.
3. Testee menggunakan anggota badan selain kaki pada saat menggiring bola.  
(hlm.152).

### 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 :

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

$\sum$  = 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

$\sum$  = 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

$\sum$  = Sigma atau jumlah

- 5) Menguji normalitas data dari setiap tes melalui perhitungan statistik (*Chi-kuadrat*)  $\chi^2$ , dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$\chi^2 = \sum \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

Keterangan :

$\chi^2$  = *Chi-kuadrat* (lambang yang menyatakan nilai normalitas)

$O_i$  = frekuensi nyata atau nilai observasi/pengamatan

$E_i$  = frekuensi teoretik atau ekspektasi, yaitu luas kelas interval dikalikan dengan jumlah sampel ( $n$ ).

Kriteria pengujian dengan menggunakan distribusi *chi-kuadrat* ( $\chi^2$ ) dengan taraf nyata  $\alpha = 0,05$  dan  $dk = k - 1$ . Apabila  $\chi^2 (1 - \alpha), (k - 3)$  atau  $\chi^2$  tabel dari daftar *chi-kuadrat* ( $\chi^2$ ) lebih besar atau sama dengan hasil penghitungan statistika  $\chi^2$ , maka data-data dari setiap tes itu berdistribusi normal dapat diterima, untuk harga  $\chi^2$  lainnya ditolak.

- 6) Uji homogenitas ini digunakan untuk memperoleh nilai dari dua kelompok data apakah mempunyai varians yang homogen atau tidak. Menguji homogenitas data dari setiap kelompok melalui perhitungan statistic UJIF (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 untuk Uji Dua Rata-Rata Populasi Berhubungan

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

### 3.8 Langkah-Langkah Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menentukan langkah-langkah penelitian dengan maksud untuk memperoleh data yang lebih tepat dan akurat. Adapun langkah-langkah penelitian yang dilakukan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### Tahap persiapan:

- 1) Observasi ke tempat penelitian, yaitu lapangan olahraga SMK Plus Alhasanah Tasikmalaya setiap jadwal latihan dan menemui pihak sekolah 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 rekomendasi penelitian.

#### Tahap Pelaksanaan:

- 1) Memberikan pengarahan kepada sampel mengenai teknis proses pelaksanaan tes, tes awal, *treatment* dengan latihan 16 kali pertemuan *Dribble Z Pattern* dan *X Pattern*.
- 2) Melakukan pengambilan data yaitu tes awal (*Dribble*) dan tes akhir yaitu (*Dribble*).

#### Tahap Akhir:

- 1) Melakukan pengelolaan data hasil penelitian dengan menggunakan rumus-rumus statistik.
- 2) Menyusun *draft* skripsi lengkap dengan hasil penelitian, kemudian melakukan bimbingan dengan Dosen Pembimbing skripsi yang telah ditetapkan Dewan Bimbingan Skripsi (DBS).

- 3) Ujian sidang skripsi, ini merupakan tahap terakhir dari rangkaian kegiatan penelitian yang penulis lakukan sekaligus proses penyempurnaan skripsi yang disusun penulis.

### 3.9 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari tahun 2023 yang bertempat di SMK Plus Alhasanah Gunungtanjung Kabupaten Tasikmalaya.

Tabel 3. 1 Waktu Penelitian

	Oktober 2022	November 2022	Desember 2022	Januari 2023
Observasi				
Menyusun Instrumen				
Tes				
Pengolahan Data				