

## **BAB III**

### **PROSEDUR PENELITIAN**

#### **3.1 Metode Penelitian**

Dalam suatu penelitian perlu menetapkan metode yang sesuai dan dapat membantu mengungkapkan suatu permasalahan. Keberhasilan suatu penelitian ilmiah tidak akan lepas dari metode yang digunakan dalam penelitian tersebut.

Masalah yang akan diteliti serta tujuan yang ingin dicapai dalam suatu penelitian akan menentukan penggunaan metode penelitian. Terdapat beberapa jenis metode penelitian yang bisa dipergunakan dalam suatu penelitian, diantaranya adalah metode historis, deskriptif, dan eksperimen. Dalam penelitian ini penulis mencari pengaruh variabel tertentu terhadap variabel lain, maka metode penelitian yang penulis gunakan adalah metode eksperimen. Mengenai metode eksperimen Nazir (2005:44) bahwa: “Penelitian yang dilakukan dengan mengadakan manipulasi terhadap objek penelitian serta adanya kontrol”.

#### **3.2 Variabel penelitian**

Dalam suatu eksperimen selalu digunakan variabel penelitian. Pengertian Variabel menurut (Sugiyono, 2017) merupakan “Segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya”(hlm.60).

Sesuai dengan penjelasan berikut dalam penelitian ini terdapat satu variabel bebas, dan satu variabel terikat, variabel yang dimaksud adalah:

1. Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah latihan *game related* 7 vs 7.
2. Variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah peningkatan keterampilan *passing* dalam permainan sepakbola.

#### **3.3 Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain *One Group Pretest and Posttest* atau tidak adanya grup kontrol. Menurut

(Sugiyono, 2013), metode “*One Group Pretest and Posttest Design* merupakan desain penelitian dengan adanya pretest sebelum diberikan perlakuan (*treatment*), dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberikan perlakuan (*treatment*)”.(hlm110).



O1 X O2

**Gambar 3.3 *One Group Pretest and Posttest Design***

(Sumber: Sugiyono, 2013)

Keterangan:

O1 : Nilai *Pretest* (sebelum diberi perlakuan)

X : Perlakuan (*treatment*)

O2 : Nilai *Posttest* (setelah diberi perlakuan)

### **3.4 Populasi dan Sampel**

Populasi adalah kelompok yang lebih besar dimana hasil penelitian digeneralisasikan. (Lutan, Rusli, dkk. 2014, hlm.80). Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti menetapkan populasi dalam penelitian ini adalah Pemain Sepak bola Langen FC U-17 berjumlah 20 orang.

Sampel merupakan bagian terkecil dari populasi, pengertian ini diperkuat oleh pendapat dari Sugiyono, (2016) mengemukakan bahwa “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang di miliki oleh populasi tersebut”(hlm.118). Sedangkan menurut (Lutan, Rusli, dkk. 2014) mengatakan bahwa” sampel adalah kelompok yang digunakan dalam penelitian dimana data/informasi itu diperoleh”(hlm.80).

“Sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah

populasi relatif kecil, kurang dari 30 orang, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil”. (Sugiyono,2016) (hlm.124). Maka teknik pengambilan sampel menggunakan sampel jenuh yaitu pemain Sepakbola Langen FC U-17 yang berjumlah 20 orang sebagai penelitian.

### 3.5 Teknik Pengumpulan data

Adapun teknik yang dilakukan dalam pengumpulan data adalah menggunakan Teknik Pengamatan (Observasi). Observasi atau pengamatan di definisikan sebagai pengamatan akan manusia pada “habitatnya” (Hughes, 2005).

Istilah Observasi berasal dari bahasa Latin yang berarti melihat dan memperhatikan. Secara luas observasi diarahkan pada kegiatan memperhatikan fenomena secara akurat, mencatat fenomena yang muncul dan mempertimbangkan hubungan antara aspek dalam fenomena tersebut (Banister dalam Poerwandari, 2001).

Proses pengamatan yang dilakukan dimulai dengan pengamatan menyeluruh (*grand tour*) dan selanjutnya lebih berfokus (*mini tour*). Pengamatan menyeluruh ini digunakan untuk mendapat catatan-catatan lapangan mengenai karakteristik para pemain Langen FC KU-17, Pelaksanaan progam latihan dan pengamatan sarana dan prasarana yang digunakan selama latihan. Sedangkan pengamatan *mini tour* mengamati peristiwa yang lebih detail, rinci dan menggambarkan informasi yang lebih spesifik tentang progam variasi bentuk latihan *passing* yang akan diteliti yaitu pengaruh *game related 7 vs 7* terhadap peningkatan keterampilan *passing* dalam permainan sepakbola.

### 3.6 Instrumen Penelitian

Dalam suatu penelitian untuk mengukur apa yang akan kita teliti telah dibutuhkan alat atau instrument penelitian utnuk mendapatkan informasi atau data yang akurat. Menurut Sugiyono (2016) mengemukakan bahwa

“Instrumen penelitian adalah suatu alat ukur yang digunakan mengukur fenomena alam maupun social yang diamati”(hlm.148).

Jadi yang perlu diperhatikan dalam menyusun instrument penelitian adalah sebagai berikut :

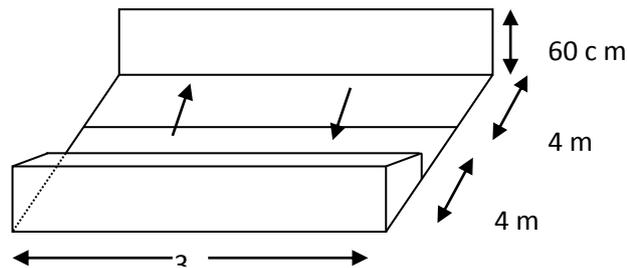
Agar penelitian menjadi lebih konkrit, maka perlu ada data. Data tersebut diperoleh pada awal eksperimen sebagai data awal dan pada akhir eksperimen sebagai data akhir. Tujuannya agar dapat mengetahui pengaruh hasil perlakuan dan perbedaannya yang merupakan tujuan akhir dari eksperimen.

Dalam pengumpulan data untuk mengetahui kemampuan awal dan kemampuan setelah diberikan perlakuan, penulis menggunakan tes *passing* yang dikutip dari Buku Tes dan Pengukuran Olahraga (Nurhasan, 2000:149), sebagai alat tesnya. Adapun tata cara pelaksanaan tes *passing* adalah sebagai berikut :

#### Tes *Passing* Cabang Olahraga Sepakbola

- a. Tujuan : mengukur keterampilan dan gerak kaki dalam menyepak dan menahan bola.
- b. Alat/Perlengkapan : bola 2 buah, stop watch, bangku swedia 4 buah (papan ukuran 3m x 60 cm sebanyak 2 buah), format isian dan kapur.
- c. Pelaksanaan : testee berdiri di belakang garis tembak yang berjarak 4 meter dari sasaran/papan, boleh dengan posisi kaki kanan siap menembak ataupun sebaliknya. Pada aba-aba Ya, testee mulai menyepak bola ke sasaran/papan dan menahannya kembali dengan kaki di belakang garis tembak kaki yang akan menyepak bola berikutnya yang arahnya berlawanan dengan sepakan pertama. Lakukan kegiatan ini bergantian antara kaki kiri dan kanan selama 30 detik. Apabila bola keluar dari daerah sepak, maka testee menggunakan bola cadangan yang telah disediakan.
- d. Penskoran : jumlah menyepak dan menangkis bola yang sah selama 30 detik. Hitungan 1 diperoleh dari satu kali kegiatan menendang.

e. Mengenai pelaksanaan tes *passing* dapat dilihat pada gambar berikut ini :



**Gambar 3.6 Alat Untuk Tes *Passing* (Nurhasan, 2000)**

### 3.7 Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian yang amat penting dalam metode ilmiah, karena dengan analisis data tersebut dapat diberikan arti dan makna yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian. Analisis data kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milah menjadi satu bagian yang dapat dikelola, mensistesisnya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain (Bogdan & Biklen dalam moleong, 2005:248).

Adapun model analisis yang digunakan dalam metode ini yaitu model Millies dan Huberman dalam moleong, yakni analisis data ini dilakukan dengan mendasarkan diri pada penelitian lapangan. Model analisis ini menggunakan empat komponen yang saling berinteraksi yaitu : Pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan (Moleong,2005: 307-308).

Setelah data-data diperoleh melalui tes keterampilan *passing*, selanjutnya adalah mengolah dan menganalisa data. Untuk mengolah dan menganalisa data, penulis menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

### 1. Mengitung Nilai Rata-rata

Untuk menghitung nilai rata-rata dari setiap kelompok sampel, digunakan rumus :

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

Keterangan :

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

$X$  = skor yang di dapat

$\sum$  = jumlah dari

$n$  = jumlah sampel

### 2. Menghitung Simpangan Baku

Untuk menghitung simpangan baku dari setiap kelompok sampel, digunakan rumus :

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

Keterangan :

$S$  = simpangan baku yang di cari

$\sum$  = jumlah dari

$\bar{X}$  = nilai rata-rata

$X$  = nilai data

$n$  = jumlah sampel

### 3. Uji Normalitas

Untuk mengetahui data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak, maka dilakukan uji normalitas atau disebut juga uji liliefors, hal ini dilakukan

karena kelompok sampel dalam penelitian ini diasumsikan sebagai “kelompok kecil”. Dengan prosedur sebagai berikut :

- a. Pengamatan  $X_1, X_2, \dots, X_n$  dijadikan bilanganbaku  $Z_1, Z_2, \dots, Z_n$  dengan menggunakan rumus :

$$Z = \frac{X - \bar{X}}{S} < 0 \leq Lt$$

( $\bar{X}$  dan  $S$  masing-masing merupakan rata-rata dan simpangan baku sampel).

- b. Untuk tiap bilangan baku ini menggunakan daftar distribusi normal baku, kemudian dihitung peluang  $F(Z_i) = P(Z \leq Z_i)$
- c. Selanjutnya dihitung proporsi  $Z_1, Z_2, \dots, Z_n$  yang lebih kecil atau sama dengan  $Z_1$ , jika proporsi ini dinyatakan dengan  $S(Z_i)$ , maka  $S(Z_i)$  sama dengan banyaknya  $Z_1, Z_2, \dots, Z_n < Z$  dibagi jumlah sampel.
- d. Hitung selisih  $F(Z_i) - S(Z_i)$  kemudian tentukan harga mutlak nya.
- e. Ambil harga yang paling besar di antara harga-harga mutlak selisih tersebut, misalnya  $L_0$ .
- f. Untuk menerima atau menolak hipotesis nol, dibandingkan  $L_0$  ini dengan nilai kritis  $L$  yang diambil dari nilai kritis untuk uji liliefors, dengan taraf nyata  $\alpha = 0,05$  kriterianya adalah tolak hipotesis nol bahwa populasi distribusi normal, jika  $L_0$  yang diperoleh dari data pengamatan melebihi  $L$  dari daftar nilai kritis uji liliefors. Dalam hal ini nol diterima.
4. Uji Homogenitas

Untuk menguji homogenitas sampel, digunakan rumus :

$$F = \frac{\text{variansi terbesar}}{\text{variansi terkecil}}$$

Kriteria pengujian homogenitas adalah: Ditolak  $H_0$  jika  $F \geq F_{1/2\alpha}(V_1, V_2)$ , dengan  $F_{1/2\alpha}(V_1, V_2)$  didapat daftar distribusi  $F$  dengan peluang  $1/2\alpha$  sedang derajat kebebasan  $V_1, V_2$  masing-masing sesuai dengan

pembilang dan penyebut. Jadi kelompok adalah homogen apabila  $F_{hitung}$  lebih kecil dari  $F_{tabel}$ .

5. Uji perbedaan dua rata-rata uji satu pihak (uji t).

Apabila data tersebut berdistribusi normal dan homogen maka rumus yang digunakan adalah :

$$t^1 = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\left(\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}\right)}}$$

Arti tanda-tanda dalam rumusan tersebut sebagai berikut

$t^1$  = Nilai signifikansi yang dicari

$x_1$  = Skor rata-rata dari tes awal atau variabel I

$x_2$  = Skor rata-rata di tes akhir atau variabel II

$n$  = Jumlah Sampel

$S_1^2$  = Varians sampel tes awal atau variabel I

$S_2^2$  = Varians dari sampel tes akhir atau variabel II

Tentukan Hipotesis, ditolak atau diterima, dengan kriteria :

- a. Terima hipotesis jika nilai t hitung lebih kecil dari nilai t tabel pada t (0,05) (n-1)
- b. Tolak hipotetis jika nilai t hitung lebih besar dari nilai t tabel, pada t (0,05) (n-1)

### 3.8 Langkah-langkah Penelitian

Langkah langkah penelitian yang akan ditempuh dalam pengambilan data adalah sebagai berikut :

1. Membuat konsep penelitian sebelum memulai penelitian.
2. Sebelum melaksanakan penelitian, diawali dengan melakukan observasi terlebih dahulu untuk mengetahui kondisi permainan sepakbola di klub yang bersangkutan.
3. Membuat atau meminta daftar nama keseluruhan pemain yang dijadikan sampel penelitian.
4. Mengarahkan penelitian tentang pelaksanaan group test serta maksud dan tujuan penelitian (pengarahan dalam group test yang diberikan sama).

5. Melakukan tes kemampuan motorik dan keterampilan Passing permainan sepak bola pada pemain Langen FC U-17.
6. Pelaksanaan tes treatment latihan passing pada permainan sepakbola.
7. Melaksanakan analisis dan pengelolaan data
8. Pelaksanaan posttest passing sepakbola.

### 3.9 Waktu dan Tempat Penelitian

#### 1. Waktu Penelitian

Waktu penelitian terhitung sejak tanggal 29 Desember 2022 sampai dengan tanggal 8 Februari 2023. Untuk lebih jelasnya mengenai waktu penelitian adalah sebagai berikut :

**Tabel 3.9.1**  
**Waktu Penelitian**

No	Agenda Kegiatan	Waktu			
		29/12/2022	31/12/2022 s/d 4/02/2023	7/02/2023	8/02/2023
1	Tes awal				
2	Pemberian <i>treatment</i>				
3	Tes akhir				
4	Analisis data				

Sedangkan waktu untuk latihan, Menurut penelitian yang dilakukan oleh Moch. Vichi Fadhli Rachman (2015: 42) menetapkan bahwa penelitian dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan dalam seminggu, sehingga total pemberian *treatment* terhadap sampel selama 6 minggu yakni 16 kali pertemuan.

Berdasarkan pendapat tersebut, maka cukup beralasan apabila penulis memberikan latihan (*treatment*) kepada *testee* selama 6 minggu, 3 kali dalam setiap minggunya, dengan begitu memberikan kesempatan kepada setiap *testee* untuk beristirahat cukup dan menghindari kelelahan yang berlebihan. Sehingga jumlah pertemuannya mencapai 16 pertemuan.

Mengenai jadwal latihan yang dilakukan setiap minggunya adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.9.2**  
**Jadwal Latihan**

<b>Hari</b>	<b>Waktu (pukul)</b>	<b>Tempat</b>
Selasa	15.30 – 17.30	Lapangan sepakbola Desa Langensari
Kamis	15.30 – 17.30	Lapangan sepakbola Desa Langensari
Sabtu	15.30 – 17.30	Lapangan sepakbola Desa Langensari

Jadwal tersebut merupakan hasil kesepakatan penulis dengan para *testee*, dan setiap latihan dilakukan  $\pm$  selama 120 menit. Dengan perkiraan rincian  $\pm$  60 menit untuk teknik (khususnya teknik *passing*) agar atlet atau *testee* tidak akan mengalami kelelahan yang berlebihan, sedang waktu sisanya disesuaikan dengan program dari pelatih. Hal ini didasarkan pada pendapat Satriya (2007:53) mengenai lamanya latihan teknik, yaitu :

Persyaratan utama yang harus diperhatikan oleh setiap pelatih dalam melatih teknik ialah jangan sampai ada kelelahan dalam latihan teknik, karena latihan teknik itu melibatkan kerja sama antar syaraf dan otot sehingga dalam proses pelaksanaannya tidak boleh lelah karena tujuan latihan teknik itu adalah ketepatan sasaran atau gerak, sehingga dalam pelaksanaannya perlu situasi atau kondisi tubuh yang segar.

## 2. Tempat penelitian

Penelitian ini dilaksanakan melalui tiga tahap, yaitu tahap pertama berupa pelaksanaan tes awal (*pre-test*), tahap dua adalah pelaksanaan penelitian berupa pemberian perlakuan metode latihan (*treatmen*) dan tahap ketiga melaksanakan tes akhir (*post-test*).

Dari ketiga tahap pelaksanaan penelitian tersebut penulis tetapkan berlokasi di lapangan sepak bola Desa Langensari yang beralamat di Jl. KH. M. Sanusi Langensari Kota Banjar, kode pos 46341. Untuk lebih jelasnya mengenai tempat penelitian adalah sebagai berikut :

**Tabel 3.9.3**  
**Tempat Penelitian**

<b>Penelitian</b>	<b>Tempat</b>
➤ <b>Pre-test</b>	Lapangan sepakbola Desa Langensari
➤ <b>Post-test</b>	Lapangan sepakbola Desa Langensari
➤ <b>Treatmen</b>	Latihan <i>game related</i> 7 vs 7 : Lapangan sepakbola Desa Langensari