

## BAB 3

### PROSEDUR PENELITIAN

#### 3.1 Metode Penelitian

Menurut Panjaitan & Ahmad (2017) mengemukakan bahwa “Metode Penelitian merupakan suatu usaha untuk menemukan, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu pengetahuan dengan menggunakan cara-cara ilmiah” (hlm. 2). Karena itu maka suatu penelitian dilakukan dengan berbagai metode dilihat dari bagaimana melakukannya. Dalam penelitian ini sesuai dengan masalah yang diangkat, maka penulis menggunakan metode penelitian eksperimen.

Metode eksperimen menurut Priyono (2008) “Metode penelitian kuantitatif merupakan pemikiran ilmiah yang di dalamnya terdapat proses pembentukan ide dan gagasan diberlakukan secara ketat dengan memakai prinsip nomotetik dan menggunakan pola dedukti (hlm.13). Dalam penelitian ini eksperimen yang digunakan untuk mengetahui dampak bentuk – bentuk latihan terhadap keterampilan *dribble* bola basket ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Cisaga.

Metode ini digunakan atas dasar pertimbangan bahwa penelitian ini dilaksanakan dengan melakukan uji coba tentang sesuatu hal. Dalam hal ini penulis menguji cobakan bentuk – bentuk latihan *dribbling* terhadap keterampilan *dribble* pada siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 1 Cisaga Tahun Ajaran 2023/2024 dalam upaya meningkatkan keterampilan teknik *dribble*.

#### 3.2 Variabel Penelitian

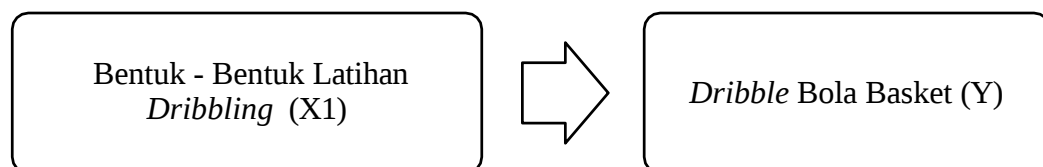
Variabel penelitian adalah karakteristik, sifat, atau konsep yang dapat diukur, diamati, atau dimanipulasi dalam suatu penelitian. Variabel digunakan untuk mengukur atau memahami hubungan antara berbagai elemen dalam penelitian. Menurut Sugiyono (2019), “variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya” (hlm.67).

Macam-macam variabel penelitian dibedakan menjadi dua yaitu variabel bebas (independent variable) dan variabel terikat (dependent variable). Menurut Sugiyono (2017) menjelaskan “variabel bebas (independent variable) merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependent (terikat), sedangkan yang dimaksud dengan variabel terikat (dependent variable) merupakan variabel yang di pengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas” (hlm.39).

Sesuai dengan pendapat di atas Adapun variabel dalam penelitian ini yaitu:

- a. Bentuk – bentuk Latihan *Dribbling* (  $X_1$ ) merupakan variabel bebas
- b. *Dribble* Bola Basket (Y) Merupakan variabel terikat

Tabel 1. Hubungan antara variabel pengaruh dan variabel terpengaruh

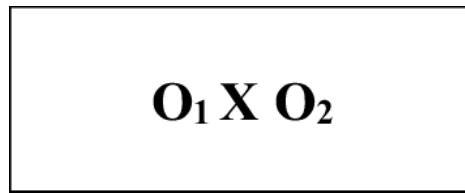


Tabel 3. 1 Hubungan Antara Variabel Pengaruh dan Variabel Terpengaruh

### 3.3 Desain Penelitian

Dalam suatu penelitian eksperimen perlu dipilih salah satu desain yang tepat sesuai dengan kebutuhan variabel – variabel yang terkandung dalam tujuan penelitian dan hipotesis yang diajukan. Desain penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah model *pretest-treatment-posttest*.

Sebelum peneliti melakukan penelitian, peneliti akan memberikan *pretest* kepada sample dengan tujuan agar peneliti mengetahui kemampuan awal yang dimiliki oleh sample, selanjutnya peneliti akan memberika *treatment* kepada sample, dan setelah menerima *Treatment* melakukan *posttest* untuk mengetahui apakah kemampuan *dribbling* bola basket pada sample meningkat setelah diterapkannya variasi latihan *dribble* bola basket melalui bentuk – bentuk latihan *ballhandling*



Tabel 3. 2 Desain Penelitian One Grup Pretest - Posttest

Sumber : Sugiyono 2015:111 dalam (Taulany, 2019:10)

Keterangan gambar:

Subjek: Anggota Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 1 Cisaga

$O_1$ = Test awal (*pretest*) sebelum perlakuan diberikan bertujuan untuk mengetahui hasil awal sebelum diberikan perlakuan.

$O_2$ = Test Akhir (*posttest*) setelah perlakuan diberikan bertujuan untuk mengetahui kemampuan akhir setelah diberikan perlakuan, menggambarkan hasil *dribble* bola basket.

$X$  = Pemberian perlakuan dengan menerapkan bentuk – bentuk latihan *ballhandling* sebagai upaya untuk meningkatkan hasil yang ditunjukkan pada test awal.

### 3.4 Populasi dan Sampel

Populasi penelitian merujuk kepada kelompok atau kumpulan orang, objek, atau fenomena yang menjadi fokus penelitian. Populasi ini mencakup semua elemen atau individu yang memiliki karakteristik atau ciri tertentu yang ingin diteliti atau dipahami oleh peneliti. Menurut Sugiyono (2012) dalam (Wahyuningtias et al., 2014) mengemukakan bahwa Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan penjelasan tersebut maka yang akan menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 1 Cisaga yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket sebanyak 44 Siswa.

Sampel penelitian adalah sebagian kecil dari populasi yang diambil untuk diobservasi atau diuji. Menurut Sugiyono (2012), sampel adalah bagian dari jumlah

dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Jika populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi (hlm.85). Adapun teknik pengambilan sample yaitu menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria pemula, kriteria pemula pada sampel ini mengacu pada siswa yang baru mulai belajar dengan sedikit atau tanpa pengalaman sebelumnya. Siswa dengan kriteria tersebut berjumlah 15 orang atau 34% dari total populasi.

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

Sugiyono (2019) mengemukakan “Teknik pengumpulan data merupakan langkah – langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian ini adalah mendapatkan data” (hlm.296). Dalam Penelitian ini, penulis menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

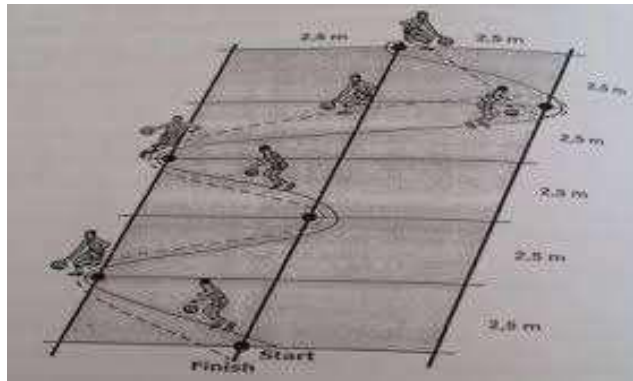
1. Studi Lapangan (*field Research*), yaitu teknik pengumpulan data dengan cara terjun langsung ke lapangan melaksanakan uji coba atau eksperimen pelaksanaan latihan target. Teknik digunakan untuk memperoleh data serta informasi yang objektif mengenai pengaruh latihan *ballhandling* melalui bentuk – bentuk latihan *ballhandling* terhadap keterampilan *dribble* pada ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1 Cisaga
2. Teknik Tes, yaitu teknik berupa test *dribble* bola basket. Tes ini digunakan untuk memperoleh data mengenai keterampilan *dribble* anggota ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1 Cisaga sebelum dan sesudah mengikuti latihan *dribbling* melalui bentuk – bentuk latihan *dribbling*.

### 3.6 Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono (2013) mendefinisikan “instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati” (hlm. 102). Instrumen penelitian dapat berupa kuesioner, wawancara, tes, observasi, atau metode lainnya yang digunakan untuk mengumpulkan informasi atau data yang diperlukan sesuai dengan tujuan penelitian. Instrumen penelitian

harus dirancang dengan cermat agar dapat menghasilkan data yang valid dan reliabel sesuai dengan pertanyaan penelitian yang diajukan. Instrumen penelitian yang penulis gunakan mengacu pada buku tes pengukuran Pendidikan olahraga oleh Narlan Abdul dan Dicky Tri Juniar (2020) sebagai berikut.

1. Instrumen penelitian atau tes yang digunakan dalam penelitian ini yaitu untuk mengukur kemampuan *dribbling* menggunakan tes menggiring bola.
  - a) Tujuan: Tujuan dari tes ini adalah untuk mengetahui atau mengukur kemampuan seseorang dalam menggiring bola.
  - b) Peralatan yang digunakan: Area yang rata dan tidak licin, bola basket 1 buah, *stopwatch*, formulir tes dan pulpen, kapur tulis.
  - c) Petunjuk Pelaksanaan
    - Petugas membuat terlebih dahulu lintasan tes dengan rintangan *cone* yang berjarak masing masing 2,5meter seperti pada gambar, diberikan arah menggunakan kapur tulis untuk membantu siswa/atlet melaluinya dengan lancar.
    - Atlet/siswa boleh mencoba lintasan sebanyak satu kali percobaan sebelum melakukan tes.
    - Posisi atlet/siswa memegang bola di belakang garis “START”, sesuai aba-aba “Siap... Go” atlet berlari secepat mungkin menggiring bola mengikuti arah dalam lintasan yang sudah ditentukan.
    - Atlet diberikan waktu selama 30 detik untuk menggiring bola melewati rintangan sebanyak-banyaknya.
    - Bila atlet/siswa salah arah, maka petugas wajib mengingatkannya untuk kembali secepat mungkin pada titik salah dilakukan dan kembali menggiring bola secepat mungkin sampai batas waktu berakhir.
  - d) Skor: Waktu yang ditempuh oleh teste menggiring bola dengan melewati rintangan sebanyak banyaknya sampai waktu habis.



Gambar 3. 1 Tes Ketrampilan Menggiring Bola

Sumber: <https://ejurnal.teknokrat.ac.id/index.php/sport/article/view/637>

### 3.7 Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah statistic inferensial dengan uji t. uji beda rata-rata T-test adalah sebuah teori dalam statistik yang digunakan untuk menguji suatu nilai tertentu (yang diberikan sebagai pembandingan) berbeda secara nyata ataukah tidak dengan rata-rata sebuah sampel. Adapun langkah-langkah dalam pengolahan data adalah sebagai berikut:

- a. Mencari nilai rata-rata ( $\bar{x}$ ) dari masing masing test, dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

$\bar{x}$  : rata-rata suatu kelompok

n : jumlah sampel

$x_i$  : nilai data

$\sum x_i$  : jumlah data suatu kelompok

- b. Menghitung standar deviasi atau simpangan baku dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

S : simpangan baku

n : jumlah sampel

$\sum(X - \bar{X})^2$  : jumlah kuadrat nilai data dikurangi rata – rata

c. Uji Normalitas

Pengujian normalitas data dengan uji liliefors (Z) digunakan apabila jumlah populasi atau sample sedikit. Terdapat persyaratan menggunakan metode liliefors, yaitu:

1. Data berskala interval atau ratio (kuantitatif)
2. Data tunggal/belum dikelompokkan pada table distribusi frekuensi
3. Dapat untuk n besar atau kecil
4. Ukuran sample  $\leq 20$

Prosedur penghitungannya adalah sebagai berikut:

1. Mengurutkan data
2. Menghitung nilai rata – rata ( $\bar{X}$ ) dan simpangan baku (s) kelompok data tersebut
3. Hitung nilai n normal standar tiap batas kelas atau tepi kelas tersebut dengan rumus  $Z_i = \frac{x_i - \bar{x}}{s}$
4. Ubah nilai Z standar dengan menggunakan tabel Z
5. Tentukan besar peluang masing – masing nilai Z berdasarkan tabel Z tuliskan dengan simbol F(Z<sub>i</sub>)
6. Hitunglah FX dari masing – masing nilai Z.  $s(z_i) = \frac{fx}{N}$
7. Kesimpulan, bandingkan hasil perhitungan liliefors hitung dengan L tabel. Apabila  $L_{hitung} \leq L_{tabel}$  maka sampel berasal dari populasi yang berdistribusi NORMAL.

d. Menghitung Homogenitas, dengan rumus:

$$F_{hitung} = \frac{s_1^2}{s_2^2}$$

Keterangan:

$s_1^2$  = Variansi Terbesar

$S^2 = \text{Variansi Terkecil}$

Terima  $H_0$  apabila  $F_{hitung} \leq F_{tabel}$  berarti kelompok data mempunyai varian yang HOMOGEN, berarti menolak  $H_0$  apabila  $F_{hitung} > F_{tabel}$  yang menyatakan bahwa kelompok data TIDAK memiliki varian yang HOMOGEN

- e. Menguji diterima atau ditolaknya hipotesis yang dilakukan melalui pendekatan uji perbedaan dua rata-rata uji satu pihak (uji f), dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

$\sum d$  = Jumlah selisih nilai *post test* dengan *pre test*

$N$  = Jumlah Sampel

$D$  = Rerata selisih nilai *post test* dengan *pre test*

$S_D$  = Simpangan baku rerata  $D$

Penyelesaian: Cara 1 (Uji Satu Pihak)

- a. Rumus Hipotesis

$H_0 : \mu_A \leq \mu_B$ : tidak ada perbedaan hasil keterampilan *dribble* atas sebelum dan setelah menggunakan bentuk – bentuk latihan *ballhandling*.

$H_1 : \mu_A \leq \mu_B$ : ada perbedaan hasil keterampilan *dribble* atas sebelum dan setelah menggunakan bentuk-bentuk latihan *ballhandling*.

- b. Kriteria pengujian hipotesis

Terima  $H_0$  apabila  $t_{hitung} \leq t_{tabel} (1 - \alpha)(n - 1)$ , tolak dalam hal lainnya

- c. Menentukan nilai t hitung

$$t = \frac{\sum d_i}{\sqrt{\frac{N \sum d_i^2 - (\sum d)^2}{N-1}}}$$

- d. Menentukan t tabel

$t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,05$  dan  $dk = N - 1$

- e. Kesimpulan

### 3.8 Langkah – Langkah penelitian

Menentukan langkah-langkah penelitian merupakan langkah awal yang krusial dalam merancang sebuah penelitian. Proses ini membantu memastikan bahwa penelitian dilakukan dengan metodologi yang tepat dan tujuan yang jelas. Berikut adalah langkah – langkah yang penulis lakukan dalam penelitian ini :

1. Observasi ke tempat penelitian, yaitu SMP Negeri 1 Cisaga untuk meminta izin melakukan penelitian
2. Menentukan metode penelitian yang akan digunakan
3. Menentukan alokasi waktu dan lokasi pengambilan data
4. Menyiapkan sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam pelaksanaan *test* yang akan dilakukan
5. Memberikan pengarahan kepada sampel mengenai proses pelaksanaan variasi latihan
6. Melakukan pengambilan data yaitu tes awal dan tes akhir
7. Melakukan pengolahan data hasil penelitian dengan menggunakan rumus rumus statistic
8. Membuat laporan hasil *test*

### 3.9 Waktu dan Tempat Penelitian

#### 3.9.1 Waktu Penelitian

Kegiatan latihan dilakukan seminggu 3x yaitu pada hari Rabu, Sabtu, sebanyak 10x pertemuan ditambah data awal 1x *pretest* dan data akhir 1x *posttest*. Adapun pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan Desember 2024 sampai dengan selesai.

#### 3.9.2 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Lapangan Basket SMPN 1 Cisaga, Jalan Rancah, NO.16, Kec. Cisaga, Kab. Ciamis, Jawa Barat

