

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian menurut Sugiyono (2015, p. 14), metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Metode penelitian merupakan hal dasar dalam melakukan penelitian untuk mendapatkan dan mengolah data yang dilakukan secara sistematis untuk mempermudah penulis dalam melakukan penelitiannya. Menurut Sugiyono (2019, p. 2) metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.

Pada penelitian ini, penulis menggunakan metode penelitian eksperimen kuantitatif karena bermaksud untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran mengenai Pengaruh Variasi Latihan *Dribbling* Terhadap Peningkatan Keterampilan *Dribbling* Pada SSB Putra Selaawi Kabupaten Garut.

3.2 Variabel Penelitian

Menurut (Sugiyono, 2019, p. 67) mengungkapkan bahwa "variabel adalah segala sesuatu dalam bentuk apa saja yang ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi kemudian ditarik kesimpulannya". Untuk melihat bentuk mana yang mempengaruhi dan yang dipengaruhi dapat menggunakan variabel penelitian, Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas menurut (Sugiyono, 2013, p. 61) variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab timbulnya perubahan pada variabel terikat atau variabel yang mempengaruhi. Penelitian ini terdapat dua variabel yaitu :

1. Variabel Bebas (X)

Menurut Sugiyono (2018, p. 39) “Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya *variable* bebas”. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Variasi Latihan *Dribbling*.

2. Variabel Terikat (Y)

Menurut Sugiyono (2016, p. 61) “Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya *variabel* bebas”. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Keterampilan *Dribbling*.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Menurut Abdullah (2015, p. 226) “Populasi adalah keseluruhan sasaran yang akan diteliti, dimana pada populasi tersebut diberlakukan penelitian nya, dan apabila populasi terlalu luas, maka objek penelitiannya diambil dari sampel untuk diteliti”. Populasi dalam penelitian ini adalah dari semua kalangan usia yang mulai dari Usia 10-18 Tahun dan juga yang berlatih menjadi atlet di SSB Putra Selaawi sebanyak total berjumlah 35 orang.

3.3.2 Sampel

Selain populasi, penelitian ini juga memerlukan sampel. Menurut sugiyono (2019, p. 127) sampel adalah” bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Sejalan dengan hal tersebut Kusumawati (2015, p. 94) mengemukakan bahwa ”Sampel yang diambil oleh penulis baiknya harus memikirkan beberapa hal yang akan jadi pertimbangan, karena dalam penelitian melibatkan populasi yang besar. Beberapa yang perlu dicermati adalah keterbatasan biaya, waktu, sarana, tenaga/kesanggupan peneliti”.

Adapun cara pengambilan sampel yang penulis gunakan, yaitu dengan cara *Random sampling*. Menurut Kusumawati (2015, p. 95) “*Random Sampling* adalah Mengambil sampel secara acak dari populasi yang ditentukan. Setiap Populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih”. Pada penelitian yang dilakukan, populasi berjumlah 35 dengan 20 Atlet akan dijadikan sampel dengan cara Diundi. Adapun kriteria yang penulis butuhkan yaitu: 1) Sampel adalah atlet SSB Putra

Selaawi yang masih aktif mengikuti event atau pertandingan baik daerah atau luar daerah; 2) Atlet Usia 10-15; 3) Atlet yang belum mahir atau belum mampu melakukan menggiring bola dengan baik.

3.4 Desain Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan *pre experimental design pretest dan posttest one group* yang dilakukan pada satu kelompok dengan satu perlakuan. Desain dalam penelitian ini menggunakan *pre-test* dan *post- test* terdapat satu kelompok perlakuan dipilih sesuai kriteria yang ditentukan peneliti, kemudian diberi *pre test* untuk mengetahui keadaan awal dan *post test* untuk mengetahui keadaan akhir. Pengaruh Variasi Latihan *Dribbling* Terhadap Peningkatan Keterampilan *Dribbling* Pada SSB Putra Selaawi Kabupaten Garut adalah ($O_2 - O_1$), sehingga desain penelitian sebagai berikut:



Gambar 6. *Design Eksperiment*

Sumber. Sugiyono (2019, p. 114)

Keterangan:

O_1 = *Pre Test* (sebelum diberikan Variasi Latihan *Dribbling*) di Tes Menggiring Bola.

X = *Treatment* dengan Variasi Latihan *Dribbling*.

O_2 = *Post Test* (sesudah diberikan Variasi Latihan *Dribbling*) di Tes Menggiring Bola.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data menurut Barlian (2018) adalah “hal yang penting dalam penelitian, karena cara yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitiannya. Memperoleh data dimaksudkan untuk memperoleh bahan-bahan, kenyataan, dan informasi yang terpercaya”. Selanjutnya Barlian (2018) mengungkapkan bahwa “Teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan cara:

tes, interview (wawancara), observasi (pengamatan) dan dokumentasi serta photo ataupun gabungan dari cara tersebut”.

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode *pre experimental design*. Pengambilan data dilakukan dengan pemberian tes dan pengukuran melalui metode *pre test* dan *post test design*, yaitu peneliti memberikan tes keterampilan *dribbling* berupa tes menggiring bola sebelum diberikan treatment atau perlakuan Latihan tangga. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Pengambilan data dalam penelitian ini terbagi dalam tiga tahap yaitu :

1. Tahap awal (*pre test*) Pada tahap awal ini adalah pengambilan data awal sebelum diberikan perlakuan. Data diperoleh dari tes menggiring bola untuk mengetahui perubahan pada keterampilan *dribbling*.
2. *Treatment* (perlakuan) yang diberikan adalah Variasi Latihan *dribbling* frekuensi 2 kali sebelum dan sesudah melakukan tes menggiring bola sampai atlet benar-benar merasakan perubahan.
3. Tahap Akhir (*post test*) Pada akhir ini adalah pengambilan data akhir sesudah diberikan perlakuan. Data diperoleh dari tes menggiring bola untuk mengetahui perubahan pada keterampilan *dribbling*.

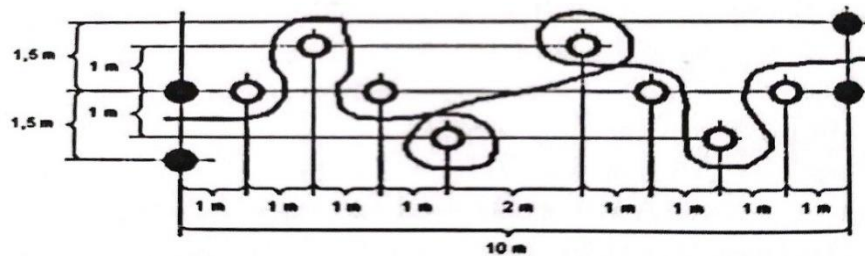
Sebagai tindak lanjut pemilihan metode, pada bagian ini harus dijelaskan teknik pengumpulan data yang digunakan sesuai dengan karakteristik data penelitian dan alasan pemilihan teknik tersebut.

3.6 Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono (2019, p. 156) ”instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati”. Jika hasil data yang diperoleh tidak akurat maka keputusan yang diambil pun tidak akan tepat. Penelitian ini instrumen yang digunakan sebagai berikut :

Jenis instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes keterampilan Menggiring Bola dalam Narlan & Juniar (2020, p. 125). Untuk lebih jelasnya mengenai alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini secara rinci akan diuraikan sebagai berikut:

1) Tes Menggiring Bola



Gambar 7. Tes Menggiring Bola

Sumber : Narlan & Juniar (2020, p. 125)

a. Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengetahui dan mengukur keterampilan dan kelincahan menggiring bola dalam menghindari rintangan.

b. Peralatan yang digunakan

- Bola 2 buah
- *Stopwatch*
- *Cone* 10 buah
- Kapur tulis
- Meteran
- Formulir + pulpen

c. Petugas

- 1 orang pemegang *stopwatch*
- 1 orang pencatat
- 1 orang pembantu lapangan

d. Pelaksanaan

- Petugas membuat lintasan tes seperti pada gambar
- Atlet/siswa diberikan kesempatan untuk berjalan di lintasan tes tanpa bola terlebih dahulu.
- Saat atlet siap, sesuai aba-aba “Siap... GO”, atlet mulai menggiring bola dari garis “*Start*” dengan menggunakan kedua kaki secara bergantian hingga garis “*finish*”.

- Petugas memulai *stopwatch* saat atlet melewati bola dari garis “*Start*”, dan menghentikan *stopwatch* saat bola melewati garis “*finish*”.
- Atlet diberikan kesempatan dua kali untuk melakukan tes tersebut.
- Atlet tidak diperbolehkan hanya menggiring bola oleh satu kaki.

e. Penilaian

Skor yang di ambil adalah waktu terbaik dari dua kali kesempatan. Analisis paling baik adalah membandingkan dengan hasil tes sebelumnya untuk menentukan Latihan yang sesuai.

3.7 Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2019, p. 147) dalam penelitian kuantitatif “analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul”. Teknik analisis data ini menggunakan rumus-rumus statistika dari buku yang tertulis oleh Narlan & Juniar (2018, p. 56). pengujian dilakukan dengan bantuan komputer yaitu menggunakan *Microsoft Excel*. Langkah-langkah diterima tidaknya hipotesis, penulis melakukan langkah-langkah dibawah ini: Membuat distribusi frekuensi, langkah-langkahnya adalah:

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

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

Keterangan:

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

$\sum X_i$ = Jumlah tiap data

n = jumlah sampel/banyak data

- 2) 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 di cari

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

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

X = Titik Tengah skor yang membuat tanda kelas dh nilai $c = 0$

- 4) Menguji normalitas data dari setiap tes melalui perhitungan statistik uji *liliefors*, rumus yang digunakan adalah:

- Urutkan data dari sampel yang terkecil ke terbesar.
- Menghitung nilai rata-rata ($\bar{X}$) dan simpangan baku (s)
- Mengubah nilai X_i menjadi nilai baku z_i dengan rumus, $Z_i = \frac{X_i - \bar{X}}{s}$
- Buat kolom tabel Z yang di isi dengan Z_{tabel} sesuai dengan tabel kurva normal standar dari 0 ke z (Tabel Z)
- Tentukan nilai $F(z_i)$ berdasarkan tabel Z . Dengan cara:
 - $0,5000 - Z_{\text{tabel}}$ bila nilai Z negatif (-)
 - $0,5000 + Z_{\text{tabel}}$ bila nilai Z positif (+)
- Tentukan nilai $S(z_i)$ yaitu nomor urut dibagi $N = \text{No. Urut } i / N$
- Tentukan nilai $L_{0(\text{hitung})} = |F(z_i) - S(z_i)|$, nilai yang terbesar kemudian dibandingkan dengan nilai L_{tabel} (Lihat pada tabel nilai kritis Uji *Liliefors*)

Keterangan:

X_i = Angka pada data

Z = Transformasi dari angka ke notasi pada distribusi normal

$F(x)$ = komulatif proporsi luasan kurva normal berdasarkan notasi z_i dihitung dari luasan kurva normal mulai dari ujung kiri kurva sampai dengan titik z_i

$S(x)$ = Probabilitas komulatif empiris

- 5) Menguji homogenitas dari data setiap tes melalui perhitungan statistik F, rumus yang digunakan adalah:

$$F_{hitung} = \frac{S_1^2}{S_2^2} = \frac{\text{variansi terbesar}}{\text{variansi terkecil}}$$

Kriteria pengujian dengan distribusi F dengan taraf nyata $\alpha = 0,05$ dan $dk = n-1$. Apabila nilai F_{hitung} lebih kecil atau sama dengan F_{tabel} distribusi atau $F_{S \leq F_{1/2} \alpha (v_1, v_2)}$ maka data dari kelompok tes itu homogen. $F_{1/2} \alpha (v_1, v_2)$ didapat dari daftar distribusi F dengan peluang homogen $1/2 \alpha$ sedangkan derajat kebebasan V_1 dan V_2 masing-masing sesuai dengan dk pembilang dan dk penyebut = n .

- 6) Menguji diterima atau ditolaknya hipotesis yang dilakukan melalui pendekatan uji kesamaan kedua rata-rata uji satu pihak (uji t). Apabila data tersebut berdistribusi normal dan homogen maka rumus yang digunakan adalah :

$$t' = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}} \text{ dengan } t' = \frac{w_1 t_1 + w_2 t_2}{w_1 w_2}$$

Keterangan :

t' = Nilai signifikan yang dicari.

$\bar{X}_1$ = Skor rata-rata dari tes awal atau variabel I.

$\bar{X}_2$ = Skor rata-rata dari 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

Kriteria pengujian adalah terima hipotesis (H_0) jika $-t_{(1-1/2\alpha)} < t_{(1-1/2\alpha)}$ didapat dari distribusi t dengan derajat kebebasan. (dk) $n_1 - n_2 - 2$ taraf

nyata $\alpha = 0,05$ dan peluang $(1-1/2 \alpha) = 0,05 \%$ atau tingkat kepercayaan 95%. Untuk harga t lainnya hipotesis ditolak.

Apabila data tersebut tidak berdistribusi normal dan homogen, maka digunakan analisis statistik non-parametrik dengan menggunakan uji tes *wilcoxon*.

3.8 Langkah-langkah Penelitian

Langkah-langkah yang penulis lakukan dalam penelitian ini sesuai dengan prosedur sebagai berikut:

- 1) Tahap Persiapan
 - a) Melakukan observasi ke tempat penelitian, yaitu SSB Putra Selaawi Kabupaten Garut untuk perizinan.
 - b) Menyusun proposal penelitian.
 - c) Seminar proposal penelitian, ujian dari hasil proposal yang dibuat.
 - d) Pengurusan surat-surat rekomendasi penelitian.
- 2) Tahap Pelaksanaan
 - a) Memberikan pengarahan kepada sampel mengenai proses pelaksanaan penelitian yang akan dilakukan.
 - b) Melakukan tes menggiring bola
- 3) Tahap Akhir
 - a) Melakukan pengolahan data hasil penelitian dengan teknik analisis data.
 - b) Melengkapi skripsi dengan hasil penelitian kemudian melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing.
 - c) Ujian sidang skripsi, ini adalah tahap akhir dari rangkaian kegiatan penelitian sekaligus penyempurnaan skripsi.

3.9 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada hari Senin , 18 November 2024 , Pukul 15:00 WIB. Adapun yang menjadi objek penelitian adalah Atlet SSB Putra Selaawi Kabupaten Garut, Waktu latihan dilakukan seminggu tiga kali, yakni setiap hari senin, rabu dan jum'at. Latihan dilakukan 16 kali pertemuan dengan dua kali tes (Tes awal dan Tes Akhir). Tempat Pelaksanaan latihan ini dilaksanakan di

Tabel 1. Waktu dan Tempat Penelitian

No	Kegiatan	<u>Waktu Pelaksanaan</u>																											
		<u>Agustus</u>				<u>September</u>				<u>Oktober</u>				<u>November</u>				<u>Desember</u>				<u>Januari</u>				<u>Februari</u>			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Tahap Persiapan a. Observasi b. Menyusun proposal c. Seminar proposal																												
2	Tahap Pelaksanaan a. Melaksanakan tes b. Pengumpulan data c. Pengolahan data																												
3	Tahap akhir a. Penyusunan laporan b. Laporan hasil penelitian																												
4	Sidang Skripsi																												