

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Menurut Sugiyono (2019,p.2) Mengemukakan bahwa metode penelitian dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah.

Penelitian ini bertujuan mengungkapkan Pengaruh latihan *triangle* terhadap peningkatan keterampilan *passing* pendek pada permainan sepakbola siswa MI Al-Azhariyyah. Karena itu metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Penggunaan metode eksperimen dalam penelitian ini atas pertimbangan bahwa sifat penelitian ini adalah suatu proses yang dilakukan dalam bentuk latihan. Metode penelitian ini sesuai dengan sifat permasalahan yang akan diteliti penulis yaitu Pengaruh latihan *triangle* terhadap peningkatan keterampilan *passing* pendek pada permainan sepakbola.

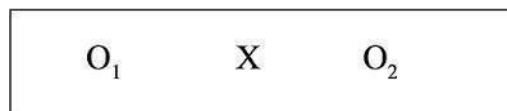
3.2 Variabel Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan dua variabel yaitu variabel (X) dan variabel terikat (Y). Menurut Sugiyono (2019,p.38) “variabel sering disebut dengan variabel bebas. Variabel bebas adalah yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen. Sedangkan variabel dependen sering disebut dengan variabel terkait. Variabel terkait merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas”. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

- Variabel bebas (X) : Pengaruh Latihan *triangle*
- Variabel terkait (Y) : Peningkatan keterampilan *passing* pendek dalam sepakbola.

3.3 Desain Penelitian

Desain Eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-eksperimental design*, dengan bentuk *One-Group pretest-Posttest design*. Alasan penulisan memilih *design One- Group pretest-Posttest* adalah karna tidak adanya variabel *control*, dan sampel tidak dipilih secara random. Hal ini sejalan dengan pendapat Sugiyono (2019,p.74) “desain ini tidak adanya variabel *control* dan sampel tidak dipilih secara acak dan random”. Adapun desain penelitian dituangkan dalam bentuk gambar sebagai berikut :



Gambar 3.1 desain penelitian

Sumber : Sugiyono(2019,p.74)

Keterangan :

O_1 = *pretest* yang dilaksanakan sebelum diberi *treatment*

X = *Treatment* menggunakan Latihan *triangel*

O_2 = Tes akhir keterampilan *passing* pendek

3.4 Populasi dan Sample

3.4.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2019,p.126) “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” . Populasi dalam penelitian ini 25 orang Siswa MI Al-Azhariyyah yang terdiri dari kelas IV sebanyak 5 orang, kelas V sebanyak 10 orang, dan kelas VI sebanyak 10 orang. Untuk lebih jelasnya terdapat pada Tabel 8.1 dibawah ini.

Tabel 3.1 Populasi Penelitian

No	Kelas	Jumlah
1	IV	5
2	V	10
3	VI	10
Jumlah		25

3.4.2 Sampel

Menurut Sugiyono (2019,P.127) “*sampel* adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Meskipun sampel hanya merupakan bagian dari populasi, kenyataan-kenyataan yang diperoleh dari *sampel* itu harus menggambarkan dalam populasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive* sampling.

Menurut Sugiyono (2019,P.133) “ *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dan pertimbangan tertentu. Artinya setiap subjek yang diambil dari populasi dipilih dengan sengaja berdasarkan tujuan dan pertimbangan tertentu. Tujuan dan pertimbangan pengambilan subjek atau sampel penelitian ini adalah :

3.4.2.1 Kelas V dan VI

3.4.2.2 Sehat Jasmani dan Rohani

Berdasarkan penjelasan tersebut penulis memilih 20 orang kelas V dan kelas VI dari jumlah 25 orang keseluruhan dengan kriteria yang telah dijelaskan di atas.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data menurut Sugiyono (2019,p.455) adalah “yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utamanya untuk mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data maka peneliti tidak akan mendapatkan standar data yang ditetapkan”.

1. Studi Lapangan (*field research*), adalah pengamatan langsung ke objek yang diteliti guna mendapatkan data yang relevan. Dalam penelitian ini peneliti melakukan pengamatan langsung di lapangan sepakbola Mi Al-Azhariyyah.
2. Teknik ini digunakan untuk memperoleh data mengenai pengaruh variasi Latihan *triangle* terhadap peningkatan *passing* pendek sebelum dan setelah mengikuti Latihan. Tes yang digunakan untuk mengetahui pengaruh variasi Latihan *triangle* terhadap peningkatan keterampilan *passing* pendek pada permainan sepakbola.

3.6 Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini diperlukan suatu *instrumen* penelitian. Instrumen adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan

oleh peneliti dalam kegiatan mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan mudah :

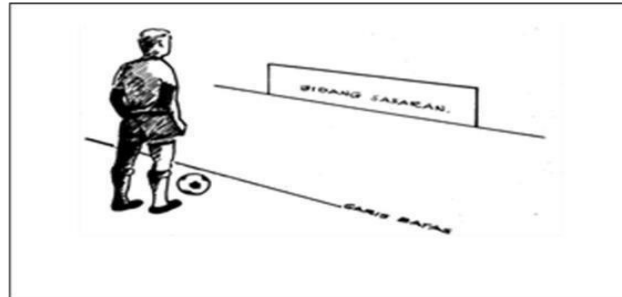
Tes ini bertujuan untuk mengukur keterampilan *passing* pendek . Adapun penjelasannya sebagai berikut :

1. Tes Menyepak dan Menahan Bola (*Passing and Stopping*)
 - a. Tujuan

Tujuan dari tes ini adalah untuk mengukur keterampilan menyepak dan menghentikan bola seorang siswa/atlet.
 - b. Peralatan yang digunakan
 - c. Bola Sepak 2 buah
 - d. Kotak/dinding tembok yang diberi tanda (Panjang 3m dan tinggi 0,9m)
 - e. *Stopwach*
 - f. Kapur tulis/lakban (Untuk membuat garis tanda)
 - g. Formulir es + Pulpen
2. Petugas
 - a. 1 orang pencatat
 - b. 1 orang pemegang
 - c. 1 orang pembantu lapangan
3. Pelaksanaan
 - a. Petugas membuat lapangan tes terlebih dahulu dengan ukuran kotak bangku/dinding sasaran Panjang 3 meter dengan tinggi 0,9 meter, jarak garis batas menendang ke dinding sepanjang 3 meter.
 - b. Atlet Bersiap dengan meletakkan bola pada kakinya di belakang garis batas.
 - c. Saat siap, petugas memberikan aba-aba “Siap... Go” dan atlet langsung menyepak bola ke dinding sasaran, kemudian menahan bola sesaat dan ditendang lagi ke tembok sasaran menggunakan kaki lainnya.
 - d. Atlet melakukan tes ini selama 10 detik setiap percobaan, dengan keseluruhan percobaan sebanyak 2 kali.
4. Penilaian

Skor yang diambil adalah jumlah frekuensi yang terbanyak dari 2 kali kesempatan yang dilakukan oleh atlet/siswa. Analisis paling baik adalah

membandingkan dengan hasil tes sebelumnya untuk menentukan Latihan yang sesuai. Narlan, Juniar (2020,p.123-124).



Gambar 3.2 Diagram Tes Menyepak dan Menahan Bola

Sumber : Narlan, Juniar (2020,p.123-124)

3.7 Teknik Analisis Data

Langkah-Langkah yang harus ditempuh untuk menguji diterima atau ditolaknya hipotesis, dalam pengolahan data penulis menggunakan rumus-rumus statistika sebagai berikut :

1. Membuat distribusi frekuensi

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

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 dicari

n = Jumlah sampel

$\sum$ = Sigma atau jumlah

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

3. Menghitung varians dari masing-masing test, 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

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

4. Menguji normalitas data dari setiap tes melalui uji Leliefors, dengan menggunakan rumus sebagai berikut.
- Skor perolehan dijadikan angka baku dengan rumus :

$$Z = \frac{X - \bar{X}}{S}$$
 - Menghitung peluang untuk setiap angka baku dengan rumus : $F(Z_i) = P(Z \leq Z_i)$
 - Menghitung proporsi Z_i atau $[S(Z_i)]$ dengan rumus :

$$\frac{Z_1, Z_2, Z_3, \dots, Z_n}{n}$$
 - Menghitung selisih mutlak : $|F(Z_i) - S(Z_i)|$
 - Ambil harga yang paling besar dari harga mutlak tersebut sebagai Leliefors hitung (L_o).
 - Bandingkan L_o dengan L_{tabel} jika L_o lebih kecil atau sama dengan L_{tabel} maka data distribusi normal dan tolak dalam hal lainnya.
5. Menguji homogenitas data dari setiap kelompok melalui perhitungan statistic F dengan menggunakan rumus sebagai berikut.

$$F = \frac{\text{Varian terbesar}}{\text{Variansi terkecil}}$$

Kriteria pengujian dengan menggunakan distribusi F dengan taraf nyata (α) = 0,05 dan derajat kebebasan $dk = n-1$. Apabila angka F_{hitung} lebih kecil atau sama dengan F_{table} distribusi ($F \leq F_{1/2 \alpha}(V_1, V_2)$), maka data data dari kelompok test itu homogen. ($F_{1/2 \alpha}(V_1, V_2)$) didapat dari daftar distribusi F

dengan peluang $\frac{1}{2} \alpha$ sedangkan derajat kebebasan V_1 dan V_2 masing-masing sesuai dk pembilang dan dk penyebut =n.

6. Menguji diterima atau ditolaknya hipotesis melalui pendekatan uji perbedaan kedua rata-rata uji satu pihak (uji-t) populasi berhubungan dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

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

Keterangan :

$\sum d$ = jumlah selisih nilai posttest dengan pretest

N = jumlah sampel

Penyelesaian: Cara 1 (Uji Satu Pihak)

- a. Rumus Hipotesis

$H_0: \mu A \leq \mu B$; tidak ada perbedaan hasil belajar passing control sebelum dan setelah diberi metode praktek dan setelah diberi metode small sided games.

- 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}

$$\frac{\sum di}{\sqrt{\frac{N \sum d^2 - (\sum d)^2}{N-1}}}$$

- d. Menentukan t_{tabel}

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

- e. Kesimpulan

3.8 Langkah-Langkah Penelitian

Langkah-langkah yang ditempuh dalam penelitian ini meliputi tiga langkah yaitu :

1. Tahap persiapan
 - a. Observasi ke tempat penelitian yaitu sekolah MI Al-Azhariyyah untuk meminta izin melakukan penelitian.
 - b. Menyusun proposal penelitian dan diajukan kepada dosen pembimbing.
 - c. Melaksanakan seminar proposal penelitian untuk memperoleh masukan-masukan dalam pelaksanaan penelitian.
2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Memberikan pengarahan kepada sampel mengenai proses pelaksanaan Latihan *triangle*.
 - b. Melakukan pengambilan data yaitu melakukan tes awal dengan alat ukur tes *passing* pendek.
 - c. Memberikan perlakuan (*treatment*) berupa Latihan *triangle*.
 - d. Melakukan tes akhir.
3. Tahap Pelaporan

Pada tahap ini peneliti menganalisis data penelitian kemudian diolah sehingga menjadi laporan sebuah penelitian.

3.9 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan pada bulan April 2025 di Lapangan sepak bola impres Kecamatan Kadipaten Kabupaten Tasikmalaya. Dengan 16 kali pertemuan di 3 kali latihan dalam satu minggu, yaitu :

- a. Rabu jam 15.00 – 16.30
- b. Jum'at jam 15.00 – 16.30
- c. Minggu jam 08.00 – 09.30

Untuk memudahkan pelaksanaan penelitian, penulis membuat program atau alokasi waktu dengan tujuan penelitian yang ingin di capai.

Tabel 3.2 Alokasi waktu penelitian

[illegible]