

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Menurut Suharsimi Arikunto (2013, p.3) bahwa: “Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal lain-lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian” Dalam penelitian deskriptif fenomena ada yang berupa bentuk, aktivitas, karakteristik, perubahan, hubungan, kesamaan dan perbedaan antara fenomena yang satu dengan yang lainnya. Zainal Arifin (2011, p.41) menerangkan, “pola-pola penelitian deskriptif antara lain survey, studi kasus, kausal komparatif, korelasional dan pengembangan.” Pemilihan metode deskriptif korelasional dalam penelitian ini didasari oleh maksud dari peneliti yang ingin mengkaji dan melihat hubungan kecepatan dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pada SSB Buldozer Ciamis. Sejalan dengan itu Mohammad Ali (2010, p.65) mengungkapkan, “Studi korelasional tidak hanya dilakukan untuk memperoleh temuan-temuan terkait dengan hubungan kesejajaran antar dua atau lebih variabel, namun prediksi, atau bahkan untuk dasar melakukan eksplorasi yang menuntun kearah pengujian hubungan kausal. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2019) dalam Yuliani & Banjarnahor, (2021, p.22): Metode penelitian kuantitatif dapat di artikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi dan sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi. Menurut Budiwanto (2017, p.499) teknik analisis korelasi digunakan untuk mengetahui ada atau tidak adanya kecenderungan hubungan antara dua variabel atau lebih, variabel yang di analisis adalah variabel terikat dengan variabel bebas.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecepatan dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pada SSB Buldozer Ciamis.

3.2 Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Djollong, 2014. p. 88). Penelitian ini menggunakan 1 variable bebas (x) dan satu variabel terkait (Y). Variabel dalam penelitian ini yaitu :

- a. Variabel bebas (X_1) : Kecepatan
- b. Variabel bebas (X_2) : keseimbangan
- c. Variabel terkait (Y) Menggiring Bola

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

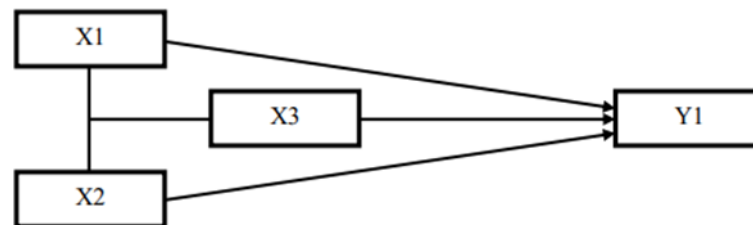
Menurut Sugiyono (2019, p. 119), populasi dapat diartikan sebagai “wilayah geralisasi yang terjadi atas objek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudian ditarik kesimpulan”. Jadi populasi bukan sekedar jumlah yang ada pada objek/subyek yang dipelajari tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh objek dan subyek. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet SSB Buldozer Ciamis, yang berjumlah 15 orang atlit.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili keseluruhan populasi dalam penelitian. Menurut Sugiyono (2017, p.81) “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Sampel yang diambil merupakan bagian dari populasi. Karena jumlah populasi hanya 15 orang maka sampel penelitian yang penulis gunakan yaitu dengan teknik sampling jenuh. Artinya seluruh pupulasi dijadikan sampel. Sesuai dengan yang dikemukakan menurut Sugiyono (2017, p.82) “sampling jenuh adalah teknik pengambilan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel”. Dengan begitu seluruh populasi digunakan sebagai subjek penelitian, jadi jumlah sampelnya adalah 15 orang.

3.4 Desain Penelitian

Desain penelitian ini adalah penelitian *deskriptif korelasional*. Penelitian korelasi merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui ada atau tidak adanya hubungan antara ke 2 atau lebih variabel. Metode *deskriptif korelasional* bertujuan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu peristiwa atau kejadian yang sedang terjadi pada saat penelitian. Dengan di analisis menggunakan *pearson product moment* untuk membahas variabel terikat dengan variabel bebas. Sesuai dengan judul penelitian untuk mengetahui seberapa besar hubungan kecepatan dan keseimbangan dengan hasil *dribble* sepak bola SSB Buldozer Ciamis.



Gambar 3.1 Konstelai Penelitian

Sumber : Narlan (2018, p.63)

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Pengumpulan data diperlukan untuk mendapatkan jawaban atas masalah yang diteliti (Sugiyono, 2017. p. 137). Untuk memperoleh data yang sesuai dengan tujuan peneliti sebagai bagian dari pengumpulan data merupakan langkah yang sukar, karena data yang salah akan menyebabkan Kesimpulan yang di tarik akan salah juga. Data yang di kumpulkan menggunakan metode survei dengan teknik tes, pengambilan data ini dilakukan dengan cara pemberian tes dan pengukuran dengan metode survei (FAHMI 2021), peneliti melakukan pengamatan secara langsung pada pelaksanaan tes dan pengukuran dilapangan.

3.6 Instrumen Penelitian

Bedasarkan pendapat Nasution (2016. p. 64) Instrumen penelitian dapat diartikan pula sebagai alat untuk mengumpulkan, mengolah, menganalisa dan menyajikan data-data secara sistematis serta objektif dengan tujuan memecahkan suatu persoalan atau menguji suatu hipotesis. Tes merupakan alat yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok. Intrumen yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut (Narlan, A,. & Juniar, D,T 2020):

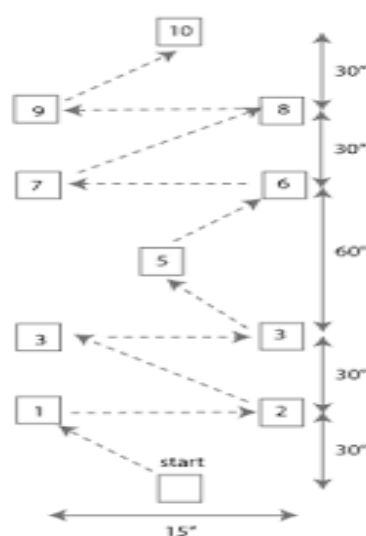
a. Tes keseimbangan dengan menggunakan *Modified Bass Test Dynamic Balance*.

1. Tes keseimbangan

Tes ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan seseorang dalam mempertahankan keseimbangan tubuh dengan kondisi bergerak.

2. Peralatan Tes

- lapangan
- stopwatch
- meteran
- metronom (60 bpm)
- formulir tes
- alat tulis



Gambar 3.2 Tes Keseimbangan

Sumber (Narlan, A,. & Juniar, D,T 2020)

Tabel 3.1 Norma Tes Keseimbangan

No	Kategori	Waktu
1	Baik sekali	>50
2	Baik	41-50
3	Cukup	31-40
4	Kurang	20-30
5	Kurang sekali	<20

Sumber: (Narlan, A., & Juniar, D,T 2020)

3. Pelaksanaan

- Sebelumnya, metronom yang sudah di atur ke 60 bpm mulai dinyalakan..
- Atlet berdiri pada penanda awal (Start) dengan menggunakan kaki kanan dan menatap lurus ke depan.
- Instruksikan ke penanda berikutnya No.1 (kaki kiri) pertahankan 5 detik, kemudian penanda No.2 (kaki kanan) pertahankan selama 5 detik dan seterusnya sampai k penanda akhir (No.10).
- Metronom akan memberikan isyarat setiap detiknya, sehingga memudahkan untuk memulai berpindah dari penanda satu ke yang lainnya.
- Kategori kesalahan pendaratan meliputi:
 - 1) Menyentuh lantai dengan kaki yang tidak bertumpu. 2) Menyentuh lantai dengan tumit kaki yang bertumpu.3) Gagal berhenti mendarat.
- Kategori kesalahan keseimbangan meliputi:
 - 1) Menyentuh lantai dengan bagian tubuh lain selain kaki yang bertumpu. 2) Kehilangan keseimbangan secara utuh. (tidak ada poin yang diberikan). Atlet melanjutkan dengan melompat ke penanda berikutnya.

4. Penilaian

- Setiap pendaratan yang berhasil mendapatkan 5 poin. Setiap detik mempertahankan posisi yang baik diberi poin 1/detik.
- Total poin yang dikumpulkan adalah 100 (Pendaratan Sempurna = 50 poin, Mempertahankan Keseimbangan 5 detik secara sempurna = 5 poin).

- Semakin banyak poin menandakan keseimbangan yang baik.

b. Tes kecepatan dengan menggunakan tes lari 30 meter

1. tes kecepatan

tes ini bertujuan untuk mengetahui kecepatan maximum seorang siswa atau atlet.

2. Peralatan tes

- Lintasan lari
- Stopwatch
- Formulir tes
- Alat tulis



Gambar 3.3 Tes Kecepatan Lari 30 m

Sumber Gambar Pribadi

Tabel 3.2 Norma Tes kecepatan

No	Kategori	Waktu
1	Sangat baik	<4,0
2	Baik	5,1-4,0
3	Cukup	6,1-5,0
4	Kurang	7,1-6,0
5	Kurang sekali	>8,0

Sumber (Narlan, A., & Juniar, D,T 2020)

3. Pelaksanaan

- Atlet melakukan pemanasan terlebih dahulu ± 10 menit.
- Saat atlet siap, atlet melakukan posisi start berdiri atau bisa juga dengan menggunakan start jongkok. Saat aba-aba "siap, GO"! atlet sprint dengan kemampuan maksimum sampai batas cone yang sudah ditentukan.

- Petugas mencatat hasil perolehan waktu yang di dapat.
- Atlet di berikan 3 kali kesempatan untuk melakukan tes, dan diselingi istirahat yang cukup (3-5 menit).

4. Penilaian

Skor atau Nilai yang diambil adalah waktu terbaik dari 3 kali tes yang dilakukan. Analisis paling baik adalah membandingkan dengan hasil tes sebelumnya untuk menentukan latihan yang sesuai. Di bawah ini data normatif untuk tes akselerasi 30 meter.

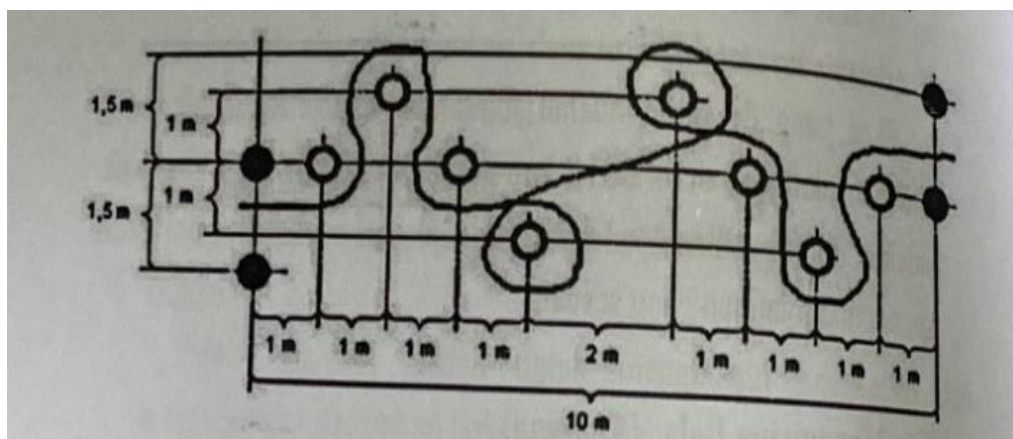
c. Tes menggiring bola dengan menggunakan tes *dribble* bola

2. Tes dribble

Tes ini bertujuan untuk mengetahui dan mengukur keterampilan dan kelincahan *dribble* dalam menghindari rintangan

3. Peralatan tes

- Bola
- Stopwatch
- Cone
- Meteran
- Formulir tes
- Alat tulis



Gambar 3.4 Tes Menggiring Bola

Sumber (Narlan, A., & Juniar, D,T 2020)

4. 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 2 kali untuk melakukan tes tersebut.
- Atlet tidak diperbolehkan hanya menggiring oleh satu kaki.

5. 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

Analisis data adalah serangkaian pengamatan terhadap suatu variabel yang diambil dari data ke data dan dicatat menurut urutan terjadinya serta disusun sebagai data statistik. Dalam penelitian ini teknis analisis data menggunakan teknik korelasi. Teknik analisis data menurut Narlan (2018) sebagai berikut:

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

$$\bar{X} = X_o + P \left(\frac{\sum f_l \cdot cl}{\sum f_l} \right)$$

Keterangan:

$\bar{X}$ = Rata rata

X_o = Titik tengah skor yang memuat tanda kelas dengan nilai $c = 0$

P = Panjang kelas interval

Σ = Sigma atau jumlah

Fi = Frekuensi

ci = deviasi atau simpangan

- 2) Menghitung standar deviasi atau simpangan baku dengan rumus sebagai berikut.

$$S = P \sqrt{\frac{n \sum fi \cdot ci^2 - (\sum fi \cdot ci)^2}{n(n-1)}}$$

S = simpangan baku sampel

P = Panjang rentang kelas interval

Σ = Sigma atau jumlah

fi = Frekuensi

ci = deviasi atau simpangan

n = jumlah sampel

- 3) Uji Normalitas Data dengan Uji Liliefors, rumus digunakan sebagai berikut.

$$\bar{X} = \frac{\sum Fx}{\sum F}$$

Keterangan:

$\bar{x}$ = rata-rata

Fx = nilai perkalian F sama

$\sum F$ = jumlah semua data

- 4) Menghitung koefisien korelasi antara variabel.

Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut.

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n \sum X^2 - (\sum X)^2][n \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

r_{xy} = koefisien korelasi

x = variabel bebas

y = variabel terikat

xy = perkalian antara x dan y

n = jumlah subyek yang diteliti

Tabel 3.3 Interpretasi Koefisien Korelasi menurut Guildford

Koefisien Korelasi	Interpretasi
0,00 – 0,19	Hubungan sangat lemah (diabaikan, dianggap tidak ada)
0,20 – 0,39	Hubungan rendah
0,40 – 0,69	Hubungan sedang atau cukup
0,70 – 0,89	Hubungan kuat atau tinggi
0,90 – 1,00	Hubungan sangat kuat atau sangat tinggi

Sumber : (Abdurahman, Muhidin, & Somantri, 2011, p.39). Dasar-Dasar Metode Statika untuk penelitian.

Tingkat hubungan antar dua variabel atau lebih ditunjukkan dengan koefisien korelasi yang bernilai ± 1 . Nilai -1 menunjukkan korelasi yang kuat kearah negatif (kiri) namun hubungan yang berlawanan, sedangkan +1 menunjukkan hubungan yang kuat kearah positif (kanan) atau hubungan yang searah, dan 0 (nol) merupakan menunjukkan tidak adanya hubungan antar variabel (Gunawan dalam Narlan, 2016, p. 39).

- 5) Mencari nilai korelasi berganda (multiple correlation) dengan menggunakan rumus sebagai berikut.

$$R_{y \cdot x_1 x_2} = \frac{\sqrt{r_{yx_1}^2 + r_{yx_2}^2 - 2r_{yx_1} \cdot r_{yx_2} \cdot r_{x_1 x_2}}}{1 - r_{x_1 x_2}^2}$$

Keterangan :

$R_{y \cdot x_1 x_2}$ = koefisien korelasi ganda.

r_{yx_1} = koefisien korelasi X_1 dengan Y

r_{yx_2} = koefisien korelasi X_2 dengan Y

$r_{x_1 x_2}$ = koefisien korelasi X_1 dengan X_2

- 6) Menguji kebermaknaan korelasi berganda, rumus yang digunakan sebagai berikut.

$$F = \frac{R^2 / K}{(1 - R^2) / n - k - 1}$$

Keterangan:

F = nilai signifikansi yang dicari

R = koefisien korelasi berganda

K = banyaknya variabel bebas

n = jumlah sampel

Untuk mencari kebermaknaan korelasi digunakan statistik F dengan k menyatakan banyaknya variabel bebas dan n menyatakan ukuran sampel. Statistik F ini berdistribusi F dengan derajat kebebasan penyebut (V_2) = $n - k - 1$. Hipotesis pengujian adalah F hitung lebih kecil atau sama dengan F tabel, maka hipotesis diterima dan dalam hal lainnya hipotesis ditolak.

- 7) Mencari presentase dukungan kedua variabel bebas terhadap variabel terikat digunakan rumus determinasi. Rumus yang digunakan adalah:

$$D = r^2 \times 100\%$$

Keterangan:

D = Determinasi (kontribusi) yang dicari

r = nilai koefisien korelasi

3.8 Langkah-langkah Penelitian

Penelitian dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Langkah awal yang dilakukan peneliti melakukan indentifikasi masalah yang terjadi saat melakukan *dribble* sepak bola pada atlet SSB Buldozer Ciamis.
- b. Peneliti melakukan observasi terhadap atlet sepak bola SSB Buldozer Ciamis mengenai *dribble* dalam permainan sepak bola.
- c. Peneliti melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui hubungan kecepatan dan keseimbangan dengan hasil *dribble* sepak bola SSB Buldozer Ciamis.
- d. Peneliti mengumpulkan data berdasarkan hasil tes yang telah dilakukan dan diterapkan, sehingga mampu membawa perubahan pada atlet sepak bola SSB Buldozer Ciamis mengenai hubungan kecepatan dan keseimbangan dengan hasil *dribble*.
- e. Peneliti menganalisis data untuk mengetahui hubungan kecepatan dan keseimbangan dengan hasil *dribble* sepak bola SSB Buldozer Ciamis.

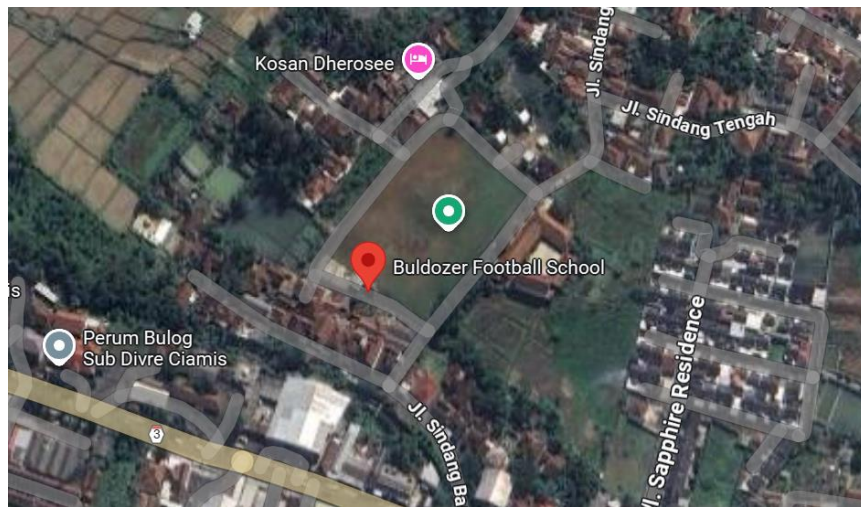
- f. Peneliti menulis laporan dan evaluasi terhadap tes yang telah dilakukan sebelumnya, mengenai hubungan kecepatan dan keseimbangan dengan hasil *dribble* sepak bola SSB Buldozer Ciamis.
- g. Penelitian ini dilakukan sesuai dengan rumusan masalah, dengan mengolah data untuk mengetahui hubungan kecepatan dan keseimbangan dengan hasil *dribble* sepak bola SSB Buldozer Ciamis.

3.9 Waktu dan Tempat Penelitian

Proses penelitian dilakukan pada bulan Agustus. Penelitian ini meliputi pengambilan data pada bulan September, proses pengolahan data, penyajian dan pelaporan dilakukan pada bulan Oktober. Penelitian ini bertempat di lapangan sepak bola SSB Buldozer Ciamis.

Tabel 3.4 Waktu dan Tempat Penelitian

No.	Kegiatan	Bulan					
		2024			2025		
		Oktober	November	Desember	Januari	Februari	Maret
Tahap Persiapan							
1	Penyusunan proposal penelitian						
2	Seminar proposal						
3	Pengajuan SK seminar proposal dan SK pembimbing						
4	Pengajuan surat izin observasi/penelitian						
Tahap Pelaksanaan							
1	Melakukan tes						
Tahap Akhir							
1	Pengolahan data						
2	Penyusunan hasil penelitian lengkap berupa draft skripsi						
3	Sidang skripsi						



Gambar 3.5 Peta Lokasi SSB Buldozer Ciamis