

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Setiap penelitian yang dilakukan memerlukan suatu metode. Berhasil atau tidaknya suatu penelitian tergantung dari metode yang digunakan. Sugiyono (2020) ”Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu” (Sugiyono, 2020, p. 2).

Metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen karena sesuai dengan permasalahan penelitian yaitu pengaruh latihan small sided games terhadap ketepatan *passing* dalam permainan sepakbola. Pengertian eksperimen menurut Sugiyono (2020) sebagai berikut, ”Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain kondisi yang terkendalikan” (p. 72). Sedangkan menurut Arikunto, Suharsimi (2020) mengungkapkan sebagai berikut:

Eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu. Eksperimen selalu dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat suatu perlakuan (p. 9).

Dari kutipan tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam suatu penelitian eksperimen diperlukan adanya suatu faktor yang diuji cobakan. Sejalan dengan pengertian eksperimen sebagaimana dikemukakan diatas, penulis dapat menyebutkan bahwa faktor yang diuji cobakan dalam penelitian ini adalah latihan small sided games terhadap ketepatan *passing* dalam permainan sepakbola.

3.2 Variabel Penelitian

Menurut Arikunto, Suharsimi (2020) variabel adalah, ”Objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian” (p. 161). Selanjutnya Arikunto, Suharsimi (2020) menjelaskan bahwa “Variabel yang mempengaruhi disebut variabel penyebab, variabel bebas atau *independent variable* (X),

sedangkan variabel akibat disebut variabel tidak bebas variabel tergantung, variabel terikat atau *dependent variable* (Y)”(p. 16). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel:

1. Variabel bebas (X) : latihan *small sided games*
2. Variabel terikat (Y₁) : keterampilan *passing*

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

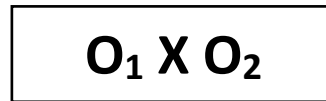
Mengenai pengertian populasi (Natal, Dewi, and Khotimah, n.d. 2025) mengemukakan bahwa populasi adalah “Keseluruhan subyek penelitian”(p. 173). Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah, maka penelitian yang dilakukan merupakan penelitian populasi. Berdasarkan uraian yang dikemukakan tersebut, maka yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah anggota klub sepakbola SSB Putra Brey sebanyak 35 orang.

3.3.2 Sampel

Mengenai sampel Menurut (Natal, Dewi, and Khotimah, n.d. 2025) “Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti” (p.174). Pada pelaksanaannya, penulis menentukan sebagian populasi untuk dijadikan sampel dengan kriteria sample yang aktif mengikuti ekstrakurikuler sepakbola, sehat jasmani dan rohani, yang masih kurang dalam melakukan *passing* dan siap membantu dalam penelitian ini. Oleh karena itu teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel 20 orang.

3.4 Desain Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one-group pretest-posttest design*. Menurut (Al Muhandis and Riyadi 2023) menjelaskan: “Desain *one-group pretest-posttest design* ini terdapat pretest, sebelum memberi perlakuan”(p.74). Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3.1 One-Group Pretest-Posttest Design

Sumber : Sugiyono (2016, p.75)

Keterangan :

O₁ = Tes Awal (nilai *present* sebelum diberi diklat)

X = Latihan (*small sided games*)

O₂ = Tes Akhir (nilai *posttest* setelah diberikan diklat)

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Tersedianya data yang aktual merupakan salah satu faktor yang dapat menunjang suatu penelitian, dimana data tersebut diperoleh melalui pengumpulan data. Pengumpulan data merupakan langkah utama untuk memperoleh jawaban dari masalah yang diteliti dalam rangka pengukuran dan pengujian hipotesis. Dalam hal ini penulis menggunakan beberapa teknik pengumpulan data yang sesuai dengan metode penelitian yaitu metode eksperimen sebagai berikut :

a. Tes

Yaitu suatu teknik untuk mengumpulkan data dengan cara di tes untuk mengetahui keter atau kompetensi.

b. Observasi

Menurut Sugiyono (2021) “Observasi sebagai teknik pengumpulan data mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dan kuisisioner. Jika wawancara dan kuisisioner selalu berkomunikasi dengan orang, maka observasi tidak terbatas dengan orang, tetapi dengan obyek-obyek alam yang lain”(p. 203).

Teknik pengumpulan data dengan obsevasi digunakan bila, penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang diamati tidak terlalu benar.

3.6 Instrumen Penelitian

Untuk mendapatkan data yang diperlukan penulis menggunakan alat ukur sebagai media pengumpulan data. Menurut Abdul Narlan dan Dicky (2020)

mengatakan, “Dengan alat ukur ini kita akan memperoleh data dari suatu objek tertentu, sehingga kita dapat mengungkapkan tentang keadaan suatu objek tersebut secara objektif”(p. 1).

Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini, diperlukan suatu instrumen penelitian. Menurut (Hikmawati 2020) “Instrumen penelitian adalah alat-alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah”(p. 203). Instrumen yang digunakan untuk memperoleh informasi mengenai *passing* adalah tes *passing*.

Selanjutnya Abdul Narlan dan Dicky (2020, p. 123) menjelaskan prosedur pelaksanaan tes *passing*, sebagai berikut:

Tujuan : mengukur keterampilan menyepak dan menghentikan bola seorang siswa/atlet.

Pelaksanaan :

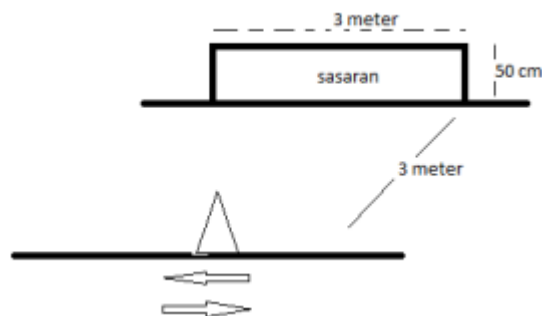
- petugas membuat lapangan tes terlebih dahulu dengan ukuran kotak bangku/dinding sasaran panjang 3 meter dan tinggi 0,9 meter, jarak garis batas menendang ke dinding sepanjang 3 meter.
- Atlet bersiap dengan meletakkan bola pada kakinya di belakang garis batas. Saat siap, petugas memberikan aba-aba “Siap... GO” dan atlet langsung menyepak bola ke dinding sasaran, kemudian menahan bola sesaat dan ditendang lagi ke tembok sasaran menggunakan kaki yang lainnya.
- Atlet melakukan tes ini selama 10 detik setiap percobaan dengan keseluruhan percobaan sebanyak 2 kali.

Penilaian :

Skor yang diambil adalah jumlah frekuensi yang terbanyak dari 2 kali kesempatan yang dilakukan oleh atlet. Analisis paling baik adalah membandingkan dengan hasil tes sebelumnya untuk menentukan latihan yang sesuai.

Alat yang digunakan :

- Stopwatch
- Bola 2 buah
- Kotak/dinding tembok yang diberi tanda (Panjang 3 m dan tinggi 0.9 m)
- Kapur/lakban
- Formulir tes dan pulpen



Gambar 3.2 Gambar Tes Sepak Tahan Bola

Sumber : Abdul Narlan dan Dicky (2020, p. 123)

3.7 Teknik Analisis Data

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

1. Menghitung skor rata-rata (*mean*) dari masing-masing data, rumus yang

digunakan adalah :
$$\bar{X} = X_0 + P \left(\frac{\sum f_i c_i}{\sum f_i} \right)$$

Keterangan : $\bar{X}$ = Nilai rata-rata yang dicari

X_0 = Titik tengah kelas interval

P = Panjang kelas interval

$\sum$ = sigma atau jumlah

f_i = frekuensi

c_i = deviasi atau simpangan

2. Menghitung standar deviasi atau simpangan baku, rumus yang digunakan

adalah sebagai berikut:
$$S = P \sqrt{\frac{n \sum f_i c_i - (\sum f_i c_i)^2}{n(n-1)}}$$

Keterangan: S = simpangan baku yang dicari
P = panjang kelas interval
n = jumlah sampel
fi = frekuensi
ci = deviasi atau simpangan

3. Menghitung varians dari masing-masing tes, rumus yang digunakan adalah

sebagai berikut:
$$S^2 = P^2 \sqrt{\frac{n \sum f_i c_i^2 - (\sum f_i c_i)^2}{n(n-1)}}$$

Keterangan: S² = simpangan baku yang dicari
P = panjang kelas interval
n = jumlah sampel
fi = frekuensi
ci = deviasi atau simpangan

4. Menguji normalitas data dari setiap tes melalui penghitungan statistik Chi-kuadrat ≥ 30 , rumus yang digunakan adalah: < 30 Lillifors.

Chi-kuadrat adalah lambang yang menyatakan nilai normalitas

Kriteria pengujian dengan menggunakan distribusi Chi-kuadrat dengan taraf nyata (α) = 0,05 dan dk = k – 3 adalah apabila $\chi^2 (1 - \frac{1}{2} \alpha) (k - 3)$ atau χ^2 dari daftar Chi-kuadrat lebih besar atau sama dengan hasil penghitungan statistik χ^2 , maka data-data dari setiap tes berdistribusi normal dapat diterima, untuk harga χ^2 lainnya ditolak.

5. Menguji homogenitas dari data setiap tes melalui penghitungan statistik F,

rumus yang digunakan adalah:
$$F = \frac{\text{Variansterbesar}}{\text{Variansterkecil}}$$

Kriteria pengujian dengan menggunakan distribusi F dengan taraf nyata (α) = 0,05 dan dk = n – 1 adalah apabila F_{hitung} lebih kecil atau sama dengan F_{½ α (V₁, V₂)}, maka data-data dari kelompok itu homogen. F_{½ α (V₁, V₂)}

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

6. Menguji diterima atau ditolaknya hipotesis melalui pendekatan uji kesamaan dua pihak (uji t').

Rumus yang digunakan adalah :

$$t' = \frac{X_1 - X_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

Keterangan :

t' = Nilai signifikansi yang dicari

X_1 = Skor rata-rata tes awal atau variabel I

X_2 = Skor rata-rata tes akhir atau variabel II

S = Simpangan baku gabungan

N = Jumlah sampel

S_1^2 = Variansi sampel tes variabel I

S_2^2 = Variansi sampel tes variabel II

Kriteria penerimaan hipotesis sebagai berikut :

$$\text{jika } t' \leq \frac{w_1 t_1 + w_2 t_2}{w_1 + w_2}$$

$$w_1 = \frac{S_2^2}{n_1} \quad t_1 = t(1 - \alpha)(n_1 - 1)$$

$$w_2 = \frac{S_1^2}{n_2} \quad t_2 = t(1 - \alpha)(n_2 - 1)$$

Penarikan kesimpulan dan rekomendasi atas pengujian hipotesis tersebut, apabila data tersebut tidak berdistribusi normal dan homogen, maka digunakan analisis statistik non-parametrik dengan menggunakan uji tes *wilcoxon*.

3.8 Langkah-langkah Penelitian

Dalam penelitian penulis menentukan langkah-langkah penelitian dengan maksud untuk memperoleh data yang lebih akurat serta tidak adanya ketimpangan dalam penelitian. Adapun langkah-langkah penelitian ini sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan

Observasi ke tempat penelitian, yaitu SSB Putra Brey

- a. untuk meminta izin melakukan penelitian.
- b. Menyusun proposal penelitian yang dibantu oleh dosen pembimbing.
- c. Seminar proposal penelitian untuk memperoleh masukan-masukan dalam pelaksanaan penelitian.
- d. Pengurusan surat-surat rekomendasi penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Memberikan pengarahan kepada sampel mengenai tes awal *passing* dan *treatment* latihan *small sided games*
- b. Melakukan pengambilan data yaitu tes awal dan tes akhir yaitu tes *passing*.

3. Tahap Akhir

- a. Melakukan pengumpulan data hasil penelitian dengan menggunakan rumus-rumus statistic.
- b. Menyusun *draft* skripsi lengkap dengan hasil penelitian kemudian melakukan bimbingan kepada dosen pembimbing skripsi yang telah ditetapkan.

3.9 Waktu dan Tempat Penelitian

Pelaksanaan penelitian untuk diujicobakan Pengaruh Latihan *Small Sided Games* Terhadap Keterampilan *Passing* Dalam Permainan Sepakbola SSB Putra Brey dilakukan tiga kali dalam satu minggu. Dengan jadwal latihan seminggu tiga kali, setiap Selasa, Kamis 14:30 - 17:00 WIB dan Minggu 08:00 - 9:30 WIB sampai selesai. Latihan dilaksanakan di lapang SSB Putra Brey Indihiang Kota Tasikmalaya.