

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Menurut (abu bakar, 2020:p.1) “Metode penelitian adalah upaya menyelidiki dan menelusuri sesuatu masalah dengan menggunakan cara kerja ilmiah secara cermat dan teliti untuk mengumpulkan, mengolah, melakukan analisis data dan mengambil kesimpulan secara sistematis dan objektif guna memecahkan suatu masalah atau menguji hipotesis untuk memperoleh suatu pengetahuan yang berguna bagi kehidupan manusia”.

Dalam penelitian ini sesuai dengan masalah yang dihadapi, maka penulis menggunakan metode eksperimen. Metode eksperimen menurut Sugiyono, (2021) “Metode penelitian yang di gunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan”. Dalam penelitian ini eksperimen digunakan untuk mengetahui dampak latihan *ballfeeling rollovers* dengan *sole drag* terhadap keterampilan *dribbling* peserta ekstrakurikuler futsal SMK IT Rabbany

Berdasarkan penelitian di atas , maka dapat di katakan bahwa eksperimen merupakan serangkaian kegiatan percobaan yang di tunjukan untuk meneliti faktor-faktor sebab akibat yang terlibat atau dijadikan sebagai variabel-variabel penelitian. Bertolak dari paparan di atas, penulis melakukan eksperimen dalam penelitian ini bertujuan untuk melihat perbandingan pengaruh latihan *ballfeeling rollovers* dengan *sole drag* Terhadap Keterampilan *dribbling* terhadap peserta Ektrakurikuler futsal di SMK IT Rabbany.

3.2 Variabel Penelitian

Menurut sugiyono di kutip dalam journal (Kasmiati, 2021:p.53) variabel penelitian adalah “Segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut,kemudian ditarik kesimpulanya.”

Dan (Susianti, 2024). Variabel bebas adalah variabel yang memengaruhi atau menyebabkan perubahan pada variabel lain, sementara variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas.

Sesuai pendapat di atas variabel dalam penelitian ini ada dua macam yaitu Variabel bebas (X) dan Variabel Terikat (Y). dalam penelitian ini terdapat 2 variabel bebas (X) dan satu variabel terikat (Y). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu *ballfeeling rollovers* (X₁) dengan *ballfeeling sole drag* (X₂) sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah Keterampilan *dribbling* pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal di SMK IT Rabbany.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Menurut Sugiyono (Hakam, 2018:p.3). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek dengan jumlah dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulannya.

Dalam penelitian ini, populasi adalah seluruh peserta ekstrakurikuler futsal di SMK IT Rabbany yang berjumlah 20 siswa dan memiliki karakteristik sebagai anggota aktif, mengikuti kegiatan latihan secara rutin, dan berusia sesuai dengan kelompok siswa SMK. Jumlah populasi ini menjadi dasar dalam menentukan sampel penelitian.

3.3.2 Sampel

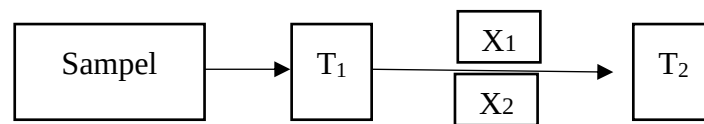
Menurut (Sugiyono, 2020:p.33) Total sampling adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relative kecil, kurang dari 30 orang, 35 atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil.

Oleh karena itu, metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling. Alasannya karena menurut (sugiyono, 2020) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya. Maka sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal SMK IT Rabbany. Dengan jumlah peserta 20 orang dan

sesuai dengan kriteria yaitu, sebagai anggota ekstrakurikuler yang aktif, keterampilan dribbling yang rendah, dan siap mengikuti semua program latihan yang sudah disiapkan.

3.4 Desain Penelitian

Desain penelitian yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah model *two group pre-test and post-test design*, yang di gambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1 desain penelitian

Sumber: (Maryamah, 2020:p.33)

Keterangan:

- sampel : anggota ekstrakurikuler SMK IT Rabbany
- T_1 : Nilai pretest (sebelum diberi perlakuan)
- T_2 : Nilai posttest (setelah diberi perlakuan)
- X_1 : latihan *ballfeeling rollovers*
- X_2 : latihan *ballfeeling sole drag*

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.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik tes. Menurut widoyoko (Mishra et al., 2015:p.8)tes merupakan salah satu alat untuk melakukan pengukuran, yaitu alat untuk mengumpulkan informasi karakteristik suatu objek. Dalam pembelajaran ini bisa berupa kecakapan peserta didik, minat, motivasi, dan sebagainya. Sedangkan menurut hamzah (2015) tes diartikan sebagai alat dan memiliki prosedur sistematis yang dipergunakan untuk mengukur dan menilai suatu pengetahuan atau penguasaan objek di ukur terhadap seperangkat konten dan materi tertentu.

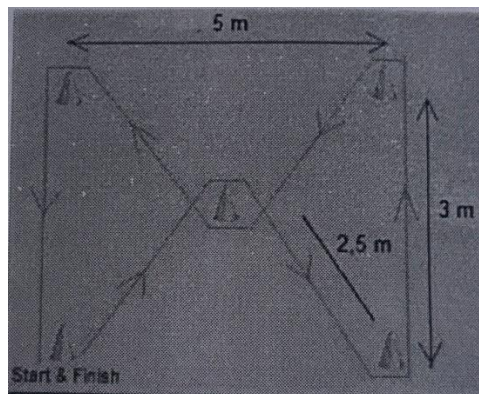
Dalam penelitian ini, penulis menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut.

1. Studi lapangan (*field research*) menurut (maria, 2020) yaitu “pengamatan langsung ke objek yang diteliti guna mendapatkan data yang relevan”(HAL.44). teknik ini digunakan untuk memperoleh data dan informasi yang objektif mengenai perbandingan pengaruh latihan *ballfeeling rollovers* dengan *sole drag* terhadap keterampilan *dribbling* peserta ekstrakurikuler futsal di SMK IT Rabbany.
2. tes *dribbling*,tes ini digunakan untuk memperoleh data mengenai pengaruh latihan *dribbling* dengan latihan *ballfeeling* terhadap kemampuan *dribbling* dalam permainan futsal. Teknik tes *dribbling* dilakukan pada *pretest* dan *posttest*.
 - a. *Pretest*: siswa ekstrakurikuler futsal SMK IT Rabbany yang berperan sebagai sampel, secara berurutan mengikuti tes awal keterampilan *dribbling* dengan tes *dribbling*.
 - b. *Posttest*: siswa ekstrakurikuler futsal SMK IT Rabbany yang berperan sebagai sampel, secara berurutan mengikuti tes akhir keterampilan *dribbling* dengan tes *dribbling*.

3.6 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian menurut Ibnu Hajar dalam (Hardani, 2020:p.41) adalah “alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan informasi kuantitatif tentang variasi karakteristik variabel secara objektif”. Data yang telah terkumpul dengan menggunakan instrumen akan dideskripsikan, dilampirkan atau digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam suatu penelitian. Instrumen yang penulis gunakan Adalah tes *dribbling* yang pada jurnal dengan judul “ pengukuran dan evaluasi olahraga “oleh (Abdul Narlan & Dicky Tri Juniar, 2020:p.171) tes *dribbling*.

- a. Gambar dan petunjuk pelaksanaan tes menggiring bola
 - 1) Gambar dan arena tes menggiring bola



Gambar 3.2 tes *dribbling*

Sumber: (Abdul Narlan & Dicky Tri Juniar, 2020)

- 2) Peralatan yang digunakan
 - a) Daerah yang rata dan tidak licin
 - b) Bola futsal 3 buah
 - c) *Cone*/ tongkat 5 buah
 - d) Meteran
 - e) Peluit
 - f) *Stopwatch*
- 3) Pelaksanaan
 - a) Atlet/siswa berdiri di belakang garis start dengan bola berada dekat kakinya.
 - b) Pada aba-aba “SIAP... GO”, atlet/siswa menggiring bola lurus dan melewati rintangan yang ada di tengah, ke rintangan berikutnya sesuai dengan arah panah yang sudah ditetapkan sampai ke garis *finish*.
 - c) Menggiring bola dilakukan oleh kaki kanan dan kiri secara bergantian. Tidak boleh menggiring bola hanya dengan satu kaki saja.
 - d) Petugas memulai *stopwatch* saat bola melewati garis start, dan mematikan *stopwatch* saat bola melewati garis *finish*.

3.7 Teknik Analisis Data

Setelah data dari hasil penyusunan diperoleh, maka data tersebut diolah secara statistik agar mempunyai arti. Adapun langkah-langkah pengolahan dan analisis data adalah sebagai berikut:

- a. Mencari nilai rata-rata (mean) dengan rumus berikut:

$$\bar{X} = \Sigma X_i / N$$

Keterangan:

$\bar{X}$ = Rata-rata (Mean)

ΣX_i = Jumlah tiap data

N = Banyak data

- b. Menghitung standar deviasi atau simpangan baku, rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$S = \sqrt{(\Sigma f_i (x - \bar{X})^2 / (n - 1))}$$

Keterangan:

S = Standar deviasi yang dicari

f_i = Frekuensi

$\Sigma (x - \bar{X})^2$ = Jumlah selisih skor dengan nilai rata-rata

n = Banyaknya data

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

$$S^2 = p^2 (n \Sigma f_i c_i^2 - (\Sigma f_i c_i)^2) / n (n - 1)$$

Keterangan:

S^2 = Varians yang dicari

p = Panjang kelas interval

f_i = Frekuensi

c_i = Deviasi atau simpangan

- d. Menguji normalitas data dari setiap tes melalui perhitungan statistic uji Liliefors dengan Langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Mengurutkan data dari sampel yang terkecil ke terbesar.
- 2) Menghitung nilai rata-rata ($\bar{X}$) dan simpangan baku (S).
- 3) Mengubah nilai X_i menjadi nilai baku Z_i dengan rumus: $Z_i = (X_i - \bar{X}) / S$.

- 4) Membuat kolom tabel Z yang diisi dengan Ztabel sesuai dengan tabel kurva normal standar dari 0 ke Z (Tabel Z).
- 5) Menentukan nilai $F(Z_i)$ berdasarkan tabel Z dengan cara: (1) $0,5000 - Z_{\text{tabel}}$ bila nilai Z negatif (-), (2) $0,5000 + Z_{\text{tabel}}$ bila nilai Z positif (+).
- 6) Menentukan nilai $S(Z_i)$ yaitu nomor urut dibagi N (No. urut / N).
- 7) Menentukan nilai L_0 (hitung) = $|F(Z_i) - S(Z_i)|$, nilai yang terbesar kemudian dibandingkan dengan nilai L_{tabel} (lihat pada tabel nilai kritis uji Liliefors).

Tabel 3.1 Nilai Kritis Uji Liliefors

No.	X	F	Z	Tabel Z	F(z)	F(kum)	S(z)	$ F(Z_i) - S(Z_i) $

Keterangan:

X = Angka pada data

Z = Transformasi dari angka ke notasi pada distribusi normal

$F(Z)$ = Kumulatif proporsi luasan kurva normal berdasarkan notasi Z_i dihitung dari luasan kurva normal mulai dari ujung kiri kurva sampai dengan titik Z_i

$S(Z)$ = Probabilitas kumulatif empiris

$|F(Z_i) - S(Z_i)|$ = Selisih absolut antara distribusi teoritis dan distribusi empiris

L_0 (Lhitung) = Nilai terbesar dari $|F(Z_i) - S(Z_i)|$

L_{tabel} = Nilai kritis uji Liliefors berdasarkan jumlah sampel (n) dan taraf signifikansi (α)

- e. Uji Normalitas dengan menggunakan Uji Liliefors, dikarenakan datanya ≤ 30 dengan rumus sebagai berikut :

$$L_0 = |F(Z_i) - S(Z_i)|$$

Keterangan:

F= Signifikan

$F(Z_i) = Z$ Skor

$S(Z_i) =$ Simpangan Baku

- f. Menguji homogenita dari data setiap tes melalui perhitungan statistik F, rumus yang digunakan adalah :

$$F = \frac{\text{Varians Terbesar}}{\text{Varians Terkecil}}$$

Kriteria pengujian dengan menggunakan distribusi F dengan taraf nyata $\leq 0,05$ dan $dk = n-1$. Apabila nilai F_{hitung} lebih kecil atau sama dengan F_{tabel} distribusi atau $F \leq F_{\frac{1}{2}(v_1, v_2)}$ didapat dari daftar distribusi F dengan peluang $< \frac{1}{2}$.

Sedangkan derajat kebebasan (dk) v_1 dan v_2 masing-masing sesuai dengan dk pembilang dan dk penyebut = n .

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

$$t_{hitung} = \frac{\bar{D}_A - \bar{D}_B}{\sqrt{\frac{s_{DA}^2}{n_A} + \frac{s_{DB}^2}{n_B}}}$$

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 awal tes awal atau variabel I.

S_2^2 = Varians dari sampel tes akhir atau variabel II.

Kriteria pengujian adalah terima hipotesis (H_0) jika $-t_{(1-\alpha)} < t < t_{(1-1/2\alpha)}$ dimana $-t_{(1-1/2\alpha)}$ di dapat 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.

3.8 Langkah-langkah Penelitian

Langkah-langkah penulisan yang dilakukan dalam penelitian Adalah sebagai berikut:

1. Menyusun Proposal Penelitian

Langkah awal adalah menyusun proposal penelitian yang memuat latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta kerangka teori yang relevan. Proposal ini diajukan untuk mendapatkan persetujuan dari pembimbing atau lembaga terkait.

2. Studi Literatur dan Kajian Pustaka

Melakukan kajian literatur terkait dengan topik penelitian, seperti konsep *ball feeling*, keterampilan *dribbling*, dan kegiatan ekstrakurikuler futsal. Kajian ini menjadi landasan teori dan memperkuat kerangka konseptual dalam penelitian.

3. Menentukan Variabel dan Instrumen Penelitian

Mendefinisikan variabel penelitian, misalnya variabel bebas adalah latihan *ballfeeling* dan variabel terikat adalah keterampilan *dribbling*. Menyusun instrumen pengukuran yang valid dan reliabel, seperti tes keterampilan *dribbling* yang akan digunakan untuk *pretest* dan *posttest*.

4. Menetapkan Populasi dan Sampel

Menentukan populasi penelitian yaitu peserta ekstrakurikuler futsal di sekolah tertentu. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan total sampling atau teknik lain sesuai kebutuhan penelitian untuk memperoleh sampel yang representatif.

5. Perancangan Desain Penelitian

Penelitian menggunakan desain eksperimen dengan model *two group pretest-posttest design*. Peserta akan diukur keterampilan *dribblingnya* sebelum dan sesudah menerima *treatment*.

6. Pelaksanaan Pengumpulan Data

Mengumpulkan data dengan tahap awal melakukan *pretest* keterampilan *dribbling*, kemudian memberikan perlakuan berupa latihan

ballfeeling secara terprogram, setelah itu melakukan posttest untuk mengukur perubahan keterampilan.

7. Analisis Data

Melakukan analisis data menggunakan uji statistik yang sesuai, misalnya uji normalitas data, homogenitas, dan uji t berpasangan (paired sample t-test) untuk mengetahui pengaruh latihan terhadap peningkatan dribbling.

8. Interpretasi dan Pembahasan Hasil

Menginterpretasikan hasil uji statistik untuk menarik Kesimpulan apakah terdapat pengaruh signifikan Latihan *ballfeeling* terhadap keterampilan *dribbling* peserta ekstrakurikuler.

9. Penyusunan laporan penelitian

Menyusun hasil penelitian dalam bentuk laporan yang terdiri dari pendahuluan, tinjauan pustaka, metodologi penelitian, hasil dan pembahasan, kesimpulan, serta saran. Laporan ini menjadi dokumen resmi yang dapat dipertanggungjawabkan secara akademik.

3.9 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan selama kurang lebih 5 minggu, dengan objek penelitian yaitu siswa ekstrakurikuler futsal SMK IT Rabbany. Kegiatan penelitian dilaksanakan selama 16 kali pertemuan dengan satu kali tes awal dan satu tes akhir di mulai dari tanggal 26 maret 2026. Pelaksanaan Latihan dilakukan 3 kali dalam seminggu, di mulai pukul 15:30 sampai dengan selesai. Penelitian ini dilakukan dilapangan SMK IT Rabbany atau di lapangan futsal. Tes awal dan tes akhirpun dilakukan di tempat yang sama.