

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### 3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini termasuk penelitian dengan perlakuan percobaan (Eksperimental). desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*One Group Pretestt-Posttestt Design*” eksperimen yang memiliki perlakuan, pengukuran dampak, unit eksperimen namun tidak menggunakan penugasan acak untuk menciptakan perbandingan dalam rangka menyimpulkan perubahan yang disebabkan perlakuan (Cook & Campbell, 1979). Desain ini mempunyai variabel kontrol tetapi tidak digunakan sepenuhnya untuk mengontrol variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen. Desain digunakan jika peneliti dapat melakukan kontrol atas berbagai variabel yang berpengaruh, tetapi tidak cukup untuk melakukan eksperimen yang sesungguhnya. Dalam eksperimen ini, jika menggunakan random tidak diperhatikan aspek kesetaraan maupun grup kontrol.

Tujuan penelitian eksperimen menurut Sumadi Suryabrata (2002: 32) adalah untuk menyelidiki kemungkinan saling berhubungan sebab akibat dengan cara mengenakan kepada satu atau lebih kelompok eksperimen satu atau lebih kondisi perlakuan dan memperbandingkan hasilnya dengan satu atau lebih kelompok kontrol yang tidak dikenai kondisi perlakuan. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan teknik tes dalam pengambilan datanya. Desain penelitian yang digunakan adalah “*One Groups Pretestt-Posttestt Design*”, yaitu desain penelitian yang terdapat *pretestt* sebelum diberi perlakuan dan *posttestt* setelah diberi perlakuan. Dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2007: 64). *Pretestt* bertujuan untuk membagi dua kelompok dan membandingkan dengan hasil *posttest* . Pemberian *treatment* atau latihan dilakukan sebanyak 12 kali pertemuan. Setelah diberikan *treatment* selama 12 kali,. Proses latihan selama 12 kali sudah dapat dikatakan terlatih, sebab sudah ada

perubahan yang menetap (Tjaliek Soegiardo, 1991: 25).

## **3.2 Populasi dan Sampel**

### **3.2.1 Populasi**

Populasi Menurut Sandjaja (2006: 105) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Penelitian bertujuan meneliti populasi, karena yang digunakan adalah seluruh siswa usia 15-16 tahun Akademi persib. Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek / subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian yaitu siswa Akademi Persib yang berjumlah 21 anak.

### **3.2.2 Sampel**

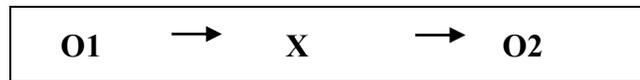
Sampel penelitian Sandjaja (2010: 105) menyatakan bahwa sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sampel adalah bagian dari populasi yang mempunyai karakteristik yang sama dengan populasi tersebut. Sampel dapat juga merupakan populasi itu sendiri. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *total sampling*. *Total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sandjaja, 2010: 106). Maka sampel dalam penelitian ini berjumlah 21 anak yang merupakan siswa usia 15-16 tahun Akademi Persib.

## **1.3 Desain Penelitian**

Penelitian berjalan baik apabila penelitian tersebut memiliki langkah dan desain penelitian. Ini dilakukan agar alur penelitian tidak keluar dari ketentuan yang sudah ditetapkan dan hasil penelitian dapat tercapai sesuai yang diharapkan. Penulis menggunakan metode eksperimen. Tujuan penelitian eksperimen menurut Sumadi Suryabrata (2002: 32) adalah untuk menyelidiki kemungkinan saling berhubungan sebab akibat dengan cara mengenakan kepada satu atau lebih kelompok eksperimen satu atau lebih kondisi perlakuan dan memperbandingkan hasilnya dengan satu atau lebih kelompok kontrol yang tidak dikenai kondisi perlakuan. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan teknik tes dalam pengambilan datanya.

Desain penelitian yang digunakan adalah “*One Groups Pretestt-Posttestt Design*”, yaitu desain penelitian yang terdapat *pretestt* sebelum diberi perlakuan dan *posttestt* setelah diberi perlakuan. Dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan.

*Pretestt* bertujuan untuk membagi dua kelompok dan membandingkan dengan hasil *posttestt*. Proses latihan selama 12 kali sudah dapat dikatakan terlatih, sebab sudah ada perubahan yang menetap (Tjaliek Soegiardo, 1991: 25). Desain penelitian ini digambarkan sebagai berikut :



**Gambar 3.1 *One Groups Pretestt-Posttestt Design***

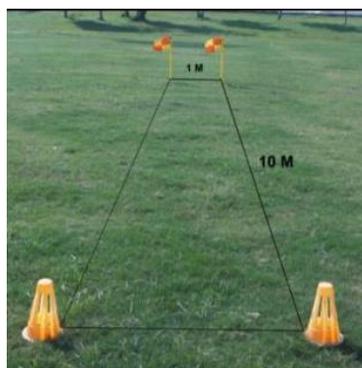
Keterangan:

- O<sub>1</sub> ; Sebelum perlakuan
- O<sub>2</sub> ; Eksperimen sesudah perlakuan
- X ; Perlakuan dengan latihan *ball feeling*

### **1.4 Instrumen Penelitian**

#### **3.4.1 Tata Cara Penilaian Instrumen**

Instrumen untuk mengukur kemampuan teknik dasar *Passing* adalah instrumen dari Norbert Rogalski dan Ernst G. Degel. Intrumen ini memiliki validitas sebesar 0,744 dan reliabilitas sebesar 0,888 (Hufron, 2014:40).



**Gambar 3.2 Instrumen Norbert Rogalski dan Ernst G. Degel**

Ryan AdriAn, 2023

**PENGARUH LATIHAN BALL FEELING TERHADAP KEMAMPUAN PASSING DAN DRIBBLING TERHADAP KEMAMPUAN PASSING DAN DRIBBLING DALAM SEPAKBOLA WANITA AKADEMI PERSIB USIA 15-16 TAHUN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**(Rogalaski dan Degel, 1990)**

Tata cara menendang bola dengan kaki bagian dalam, bola diam terletak di tanah, dengan anjang-ancang bola ditendang dengan kaki bagian dalam kearah sasaran dengan lebar satu meter, jarak tempat menendang dengan sasaran 10 meter dan lebar gawang 1 meter. Kesempatan menendang bola lima kali dengan kaki kanan, lima kali dengan kaki kiri. Jumlah bola yang masuk kedalam sasaran:

Kurang : 4; artinya jumlah 4 dan 5

Sedang : 6; artinya jumlah 6 dan 7

Baik ; 8; artinya jumlah 8,9, dan 10

**3.4.2 Tata Cara Prosedur Tes**

Pada dasarnya test ini bersifat langsung, prosedur tes adalah sebagai berikut:

1. Perlengkapan dan Peralatan
  - a. Pancang sebagai gawang
  - b. Bola
  - c. Marker/ cone bulat
  - d. Meteran
  - e. Lapangan
  - f. Data siswa dan alat tulis

2. Petugas Tes

Petugas tes membutuhkan minimal 2 orang. Pembagian tugasnya diantaranya:

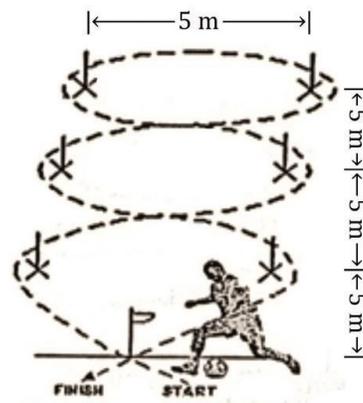
- a. Satu orang menulis hasil tes
  - b. Satu orang mengawasi dan mengatur jalannya tes
3. Persiapan yang dilakukan testi

Testi diwajibkan untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum mengikuti tes dengan melaksanakan peregangan statis dan dinamis yang dipimpin oleh tester/ pemberi tes.

#### 4. Pelaksanaan Tes

- a. Seluruh testi melakukan *Passing* ke arah gawang sebanyak 10 kali kesempatan.
- b. Testi melakukan *Passing* mengarahkan bolanya ke gawang dengan jarak atau penempatan bola diletakkan dengan jarak 10 meter.
- c. Masing-masing hasil tes yang didapat kemudian dicatat di dalam lembar pencatat skor.

#### 3.4.3 Tata Cara Penilaian Instrumen



**Gambar 3.3 Gambar Instrumen keterampilan *dribbling* (Sumber: Nurhasan, 2007: 212)**

1. Tes Keterampilan *Dribbling* untuk mengukur kemampuan *dribbling* bola disertai perubahan arah;
2. Alat dan bahan: Lapangan sepak bola, *cones*, *stopwatch*, bola, meteran panjang, blangko dan alat tulis.

Dalam penelitian ini tes yang digunakan adalah tes kemampuan menggiring bola (*dribbling*) menurut Nurhasan (2007: 212). Instrumen dalam penelitian ini sudah baku dan dibukukan dalam bukunya Nurhasan (2007: 212) sehingga instrumen tersebut sudah dikatakan valid dan reliabel karena sudah teruji kevalidan dan kereliabelannya, sehingga tidak perlu dilakukan uji coba instrumen lagi.

**Tabel 3.1 Skala Penilaian Menggiring Bola**

No	Interval	Nilai	Keterangan
1	22,01-23,04	9	Sangat Baik
2	23,05-25,07	8	Baik
3	25,08-27,10	7	Cukup Baik
4	27,11-29,13	6	Cukup
5	31,14-33,16	5	Kurang Baik

#### 3.4.4 Tata Cara Prosedur Tes

- a. Pelaksanaan: Pada aba-aba “siap” *testee* berdiri di belakang garis *start* dengan bola pada penguasaan kakinya;
- b. Pada aba-aba “ya” *testee* mulai menggiring bola dengan melewati setiap tiang bendera atau *cones* secara berurutan sampai ia melewati garis *finish*;
- c. Apabila ada kesalahan (ada tiangbendera atau *cones* yang belum dilewati atau bahkan bola lepas dari kontrol kaki) maka harus diulangi tanpa menggunakan anggota badan selain kaki di mana kesalahan terjadi dan selama itu pula *stopwatch* tetap berjalan, sehingga *testee* menggiring bola dengan melewati tiang atau *cones* secara berurutan dan dilakukan pulangpergi;
- d. Bola digiring dengan kaki kanan dan kiri secara bergantian, atau paling tidak salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan;
- e. *Testee* dinyatakan gagal dan harus mengulang jika menggiring bola hanya menggunakan satu kaki saja, menggiring bola tidak melewati bendera atau *cones* secara berurutan dan menggunakan anggota badan lainnya selain kaki untuk menggiring bola;

- f. Penilaian yaitu diberi nilai tes adalah waktu yang dicapai yang terbaik dari dua kali kesempatan yang diperoleh yang diukur dalam satuan detik.

## 1.5 Prosedur Penelitian

Pelaksanaan pengumpulan data dalam penelitian merupakan factor penting karena berhubungan langsung dengan data yang akan digunakan dalam penelitian, maka dalam pengumpulan data peneliti melakukan langkah-langkah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

### 1. Tes Awal (*Pre-Test*)

Tes awal yaitu tes yang pertama kali dilakukan oleh peneliti dengan tujuan untuk menyamakan beban latihan dari masing-masing subyek, sehingga dapat diketahui perbedaan hasil yang dicapai setelah diberikan *treatment* atau perlakuan dalam 12 kali pertemuan. Tes atau *instrument* yang digunakan adalah tes *Passing* Dr.Norbert Rogalski dan Dr. Ernst G. Degel (Sukatamsi, 2010: 254). Melalui tes ini akan diperoleh data yang objektif, data yang objektif ini akan memudahkan dalam memperoleh penelitian. Sebelum melakukan tes awal sampel dibagi terlebih dahulu menjadi dua kelompok, yaitu kelompok latihan latihan *ball feeling* dengan cara melakukan undian. Hal ini dilakukan untuk menyamakan kondisi fisik yang digunakan untuk melakukan *Passing* saat tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*).

### 2. Pemberian Perlakuan (*Treatment*)

Pemberian perlakuan pada eksperimen ini dilaksanakan 12 kali pertemuan, dikarenakan itu dianggap sudah cukup memberikan perubahan, sehingga peneliti mencoba mengambil tes akhir setelah latihan yang dilaksanakan selama 12 kali pertemuan sesuai dengan batas waktu minimal latihan latihan menurut (Bompa, 1994). Latihan ini dimulai pukul 15.30 WIB sampai selesai, latihan dilakukan 3 kali dalam seminggu yaitu pada hari senin, rabu, dan jumat.

#### a) Pemanasan (*Warming Up*)

#### b) Latihan Inti

Latihan ini dilakukan oleh pemain untuk dibandingkan untuk nantinya, yaitu latihan *ball feeling*, yakni dengan cara siswa dibariskan kemudian latihan *ball feeling* dapat dilakukan dengan perorangan (individu) jadi setiap anak 1 bola atau dengan kelompok dengan satu kelompok terdiri dari 2-3 siswa, dan 4-6 siswa melakukan variasi latihan *ball feeling* secara bergantian dengan waktu yang telah ditentukan. Latihan tersebut dilakukan selama 12 kali pertemuan.

### c) Pelepasan (*Cooling Down*)

Pelepasan ini ditujukan untuk memulihkan tubuh ke kondisi sebelum latihan sehingga ketegangan-ketegangan otot akan berkurang secara berangsur-angsur ke keadaan semula agar tidak ada keluhan sakit setelah latihan.

### 3. Tes Akhir (*Post-Test*)

Tes akhir yang digunakan dalam penelitian ini sama dengan yang dilakukan pada tes awal dengan tujuan untuk mengetahui hasil yang dicapai oleh tiap-tiap peserta tes dari masing-masing kelompok setelah melaksanakan latihan. Hasil tes akhir dicatat untuk mengetahui pengaruh dari kedua bentuk latihan tersebut dan mana yang lebih baik hasilnya.

## 1.6 Teknik Analisis Data

Analisis ini didapat dari penelitian yang sudah dilakukan berupa data kuantitatif, maka pengolahan datanya melalui teknik statistik. Dalam menganalisis data penelitian dibantu oleh SPSS 25. Adapun langkah yang dilakukan dalam mengolah data dan menganalisis data sebagai berikut:

1. Uji normalitas data hasil penelitian menggunakan program software SPSS dengan uji *shapiro wilk*.
2. Uji perbandingan pengaruh menggunakan program software SPSS dengan uji *paired t-test*.
3. Bila data tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji *wicoxon*.
4. Untuk mencari persentase peningkatan menggunakan rumus:

$$\%perubahan = \left[ \frac{\text{Skor Pretest} - \text{skor posttest}}{\text{skor posttest}} \right] \times 100\%$$

## **1.7 Uji Hipotesis**

Hipotesis penelitian diterima jika nilai probabilitas (signifikansi) memiliki nilai kurang dari 0,05. Dan sebaliknya hipotesis penelitian ditolak jika nilai probabilitas (signifikansi) memiliki nilai lebih dari 0,05. Dengan tingkat kepercayaan 95% dan tingkat kesalahan yang ditoleransi sebesar 5%.

Ryan AdriAn, 2023

***PENGARUH LATIHAN BALL FEELING TERHADAP KEMAMPUAN PASSING DAN DRIBBLING  
TERHADAP KEMAMPUAN PASSING DAN DRIBBLING DALAM SEPAKBOLA WANITA AKADEMI  
PERSIB USIA 15-16 TAHUN***

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

Ryan AdriAn, 2023

***PENGARUH LATIHAN BALL FEELING TERHADAP KEMAMPUAN PASSING DAN DRIBBLING  
TERHADAP KEMAMPUAN PASSING DAN DRIBBLING DALAM SEPAKBOLA WANITA AKADEMI  
PERSIB USIA 15-16 TAHUN***

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)