

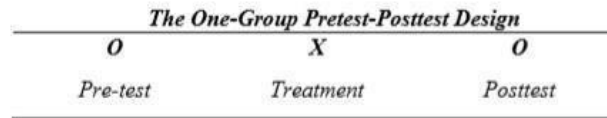
## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### 3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode eksperimen. Satu-satunya metode penelitian yang berupaya mempengaruhi variabel tertentu secara langsung adalah metode latihan eksperimen. Penelitian eksperimental ini merupakan cara terbaik untuk menemukan atau memverifikasi hipotesis tentang hubungan sebab akibat.

Penelitian ini menggunakan desain *one-group pretest-posttest*. Dalam desain ini, suatu kelompok diamati dan diukur sebelum menerima perlakuan tertentu. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui bagaimana pengaruh latihan passing dan tendangan terhadap akurasi menembak dan menendang pemain Akademi Persib Bandung berusia 13 hingga 14 tahun.



Gambar 3.3.1 Metode *The One-Group Pretest-Posttest Design* (Jack Fraenkel, 2012)

Keterangan:

O : Pengukuran Awal(*Pre-Test*)

X : Perlakuan(*Treatment*)

O: Pengukuran Akhir(*PostTest*)

#### 3.2 Populasi Dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti

untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono , 2015). Berdasarkan pendapat tersebut, yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan pemain sepakbola putra Usia 13-14 di Akademi Persib Kota Bandung yang berjumlah 80 orang.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Apabila subjeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semua, jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 10%-15% atau 20%-25% atau lebih tergantung kemampuan peneliti, luas wilayah, dan besar kecilnya resiko (Sugiyono , 2015).

Berdasarkan hal tersebut, teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu mengambil sampel sebanyak 20 orang dengan kriteria tertentu (Viera, 2019). Adapun kriteria yang dijadikan sebagai sampel penelitian yaitu:

1. Sehat tidak memiliki cedera akut
2. Bertanggung jawab untuk penelitian ini
3. Laki-laki
4. Usia 13-14 tahun
5. Tinggi Badan 156-163 cm
6. Pemain Akademi Persib Bandung

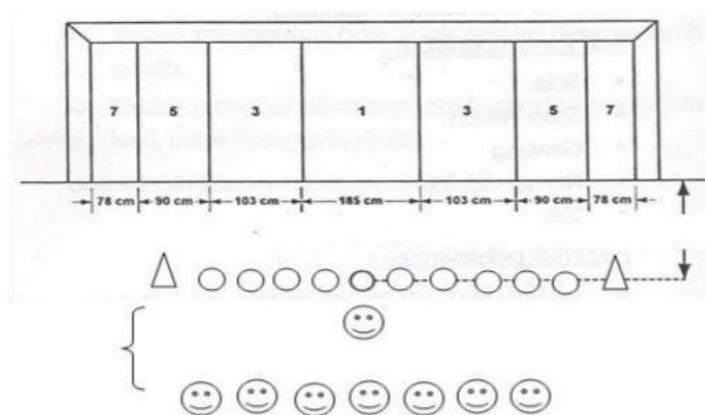
### **3.3 Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian merupakan 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 (Maksum ,2018). Instrumen yang digunakan untuk pengukuran awal (pre-test) maupun pengukuran akhir (post-test) ialah tes menembak bola sasaran (shooting) yang sudah ditentukan sebanyak 3 kali kesempatan pada sebuah titik yang berjarak 16,5 meter didepan

gawang/sasaran yang kemudian hasilnya dijumlah (Nurhasan, T. (2001). Tes ini bertujuan untuk mengukur kemampuan dan kecakapan menembak bola ke sasaran.

Adapun penjelasannya sebagai berikut:

1. Tujuan: mengukur ketepatan tendangan ke arah gawang. Alat yang digunakan:  
bola, meteran, gawang, nomor-nomor, tali.cons
2. Petunjuk pelaksanaan:
  - a. Testi berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 16,5 meter di depan gawang/sasaran.
  - b. Setelah mendapat aba-aba yak testi melakukan tendangan ke arah gawang.
  - c. Testi diberi 3 kali kesempatan dan digabung 3 nilai dan waktu terbaik.
3. Skor: Bila bola hasil tendangan bola mengenai tali atau garis pemisah skor pada sasaran, maka diambil skor terbesar dari kedua sasaran tersebut.
4. Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila:
  - a. Bola keluar dari daerah sasaran.
  - b. Menempatkan bola tidak pada jarak 16,5 m dari sasaran.

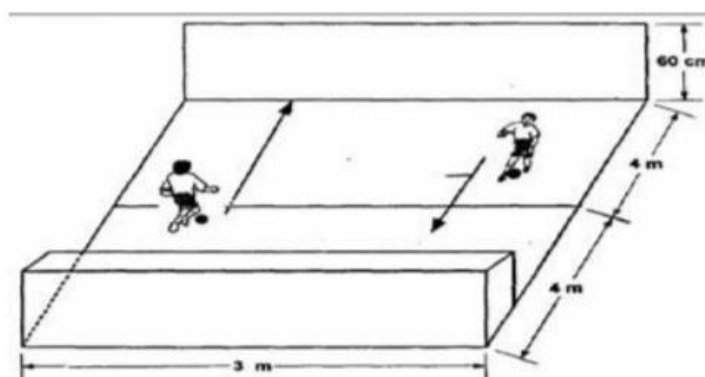


Gambar 3.3.2 Diagram Lapangan Tes Menembak Bola ke Sasaran (*Shooting*).

Untuk mengukur ketepatan passing, instrumen yang digunakan yaitu tes sepak tahan bola (passing dan stopping) dari (Nurhasan, T. (2001) ). Tes ini bertujuan untuk mengukur keterampilan dan gerak kaki dalam menyepak dan menahan bola. Adapun prosedur pelaksanaan tes sebagai berikut:

1. Pemain berdiri di belakang garis tembak yang berjarak 4 meter dari sasaran/papan, boleh dengan posisi kaki kanan siap menembak atau sebaliknya.
2. Pada aba-aba “Ya”. Pemain mulai menyepak bola ke sasaran/papan dan menahannya kembali dengan kaki di belakang garis tembak kaki yang akan menyepak bola berikutnya yang arahnya berlawanan dengan sepakan pertama.
3. Lakukan kegiatan ini bergantian antara kaki kiri dan kanan selama 30 detik.
4. Apabila bola ke luar dari daerah sepak, maka pemain menggunakan bola cadangan yang telah disediakan.

Gerakan di atas dinyatakan gagal dilakukan oleh pemain, apabila bola ditahan dan disepak di depan garis sepak yang akan menyepak bola, serta hanya menahan dan menyepak bola dengan satu kaki saja. Untuk lebih jelasnya, dapat dilihat pada gambar lapangan untuk tes passing di bawah ini.



Gambar 3.3.3 (Nurhasan, T.2001.) Diagram Lapangan Tes Sepak Tahan Bola (Passing dan *Shooting*).

### 3.4 Prosedur Penelitian

Adapun prosedur penelitian yang akan dilakukan peneliti, sebagai berikut:

1. Masalah penelitian
2. Persyaratan administrasi
3. Peneliti melakukan pengerahan kepada sampel terkait penelitian yang akan dilaksanakan
4. Tes awal (*Pre-Test*)
5. *Treatment* latihan *drop pass and shooting drills*
6. Tes akhir (*Post-Test*)
7. Teknik pengumpulan data
8. Kesimpulan dan saran

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

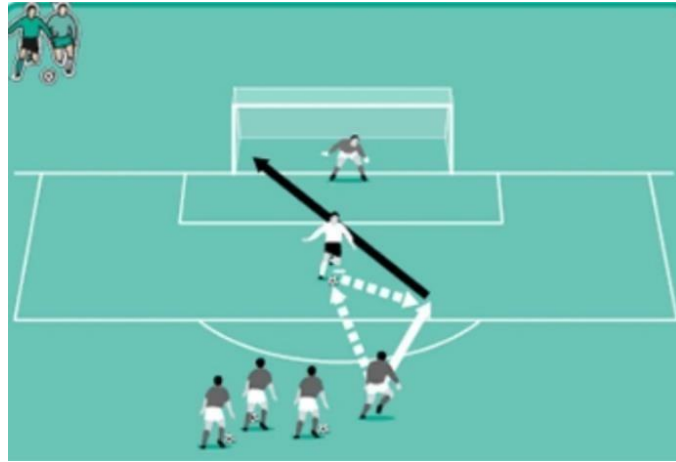
Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Sugiyono , 2015). Teknik pengumpulan data yang dibutuhkan dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan metode, sebagai berikut:

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

Tes awal dilakukan di lapangan sepakbola Soccer Republic Pasteur Kota Bandung pada awal pertemuan sebelum diberikan perlakuan. Tes yang dilakukan dalam penelitian ini adalah tes keterampilan shooting ke gawang dengan jarak 16,5 meter di depan gawang dan keterampilan gerak kaki dalam menyepak dan menahan bola. Sebelum tes awal dimulai, sampel diberi pemanasan terlebih dahulu, setelah itu dijelaskan mengenai pelaksanaan tes *shooting* dan *passing*.

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

Setelah didapatkan hasil tes awal, kemudian mempersiapkan semua pemain dalam dua kelompok untuk diberikan metode latihan *drop pass and shooting drills*. Selanjutnya sampel diberikan *treatment* selama 3 bulan dengan frekuensi seminggu sebanyak 16 kali pertemuan sesuai dengan program latihan yang sudah dibuat oleh peneliti, yaitu pada hari Senin, Rabu, Jum'at.



**Gambar 3.5.1**

*Drop Pass And Shooting Drills*

*(SoccerCoachWekly.Com,n.d)*

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

Setelah program latihan dilaksanakan selama 5 kali pertemuan, dilaksanakan tes akhir yang pelaksanaannya sama dengan tes awal. Tujuan dilaksanakannya tes akhir adalah untuk mengetahui perbandingan hasil yang dicapai oleh pemain sebelum dan setelah perlakuan diberikan.

### 3.5 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data menggunakan uji-t, yaitu membandingkan nilai rata-rata dari hasil *pretest-posttest* sebelum dan sesudah perlakuan dengan sampel yang sama. Sebelum analisis uji-t dilakukan, terlebih dahulu dilakukan pengujian prasyarat analisis berupa uji normalitas dan uji homogenitas untuk mengetahui hasil data tersebut berdistribusi normal dan homogen (Arikunto, 2010).

## 1. Uji Normalitas

Uji normalitas tidak lain sebenarnya adalah pengujian terhadap normal tidaknya sebaran data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan tergantung variabel yang akan diolah. Pengujian normalitas sebaran data menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-wilk dengan bantuan program SPSS. Kriteria pengujian normalitas adalah sebagai berikut:

- a. Jika nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari  $> 0.05$  maka data penelitian berdistribusi normal.
- b. Sebaliknya, jika nilai signifikansi (Sig.) lebih kecil dari  $< 0.05$  maka data penelitian tidak berdistribusi normal.

## 2. Uji Homogenitas

Di samping pengujian terhadap penyebaran nilai, perlu dilakukan uji homogenitas agar meyakinkan bahwa kelompok-kelompok yang membentuk sampel berasal dari populasi yang homogen. Uji homogenitas menggunakan *Levene Statistic* dengan menggunakan bantuan program SPSS. Kriteria pengujian homogenitas adalah sebagai berikut:

- a. Jika nilai signifikansi (Sig.)  $< 0.05$ , maka dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok populasi data adalah tidak sama.
- b. Jika nilai signifikansi (Sig.)  $> 0.05$ , maka dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok populasi data adalah sama (homogen).

## 3. Uji Hipotesis

Setelah kedua persyaratan di atas terpenuhi, maka selanjutnya dilakukan uji hipotesis. Pengujian hipotesis menggunakan uji-t dengan menggunakan bantuan SPSS, yaitu dengan membandingkan mean antara *pre-test* dan *post-test*. Apabila nilai  $T_{hitung}$  lebih kecil dari  $< T_{tabel}$ , maka  $H_a$  ditolak. Sedangkan, jika  $T_{hitung}$  lebih besar dibanding  $> T_{tabel}$  maka  $H_a$  diterima. Uji

hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis *paired sample t-test* yang merupakan salah satu metode pengujian untuk mengkaji keefektifan perlakuan, ditandai adanya perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.