

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang unik, satu-satunya metode penelitian yang secara langsung melakukan usaha untuk mempengaruhi dependent variable. Selain itu, penelitian eksperimen merupakan satu-satunya metode yang benar-benar menguji hipotesis mengenai hubungan sebab-akibat (Fraenkel et al., 2012, hlm. 265). Selanjutnya (Sugiyono, 2020) mengatakan metode penelitian eksperimen merupakan salah satu metode kuantitatif, digunakan terutama apabila peneliti ingin melakukan percobaan untuk mencari pengaruh variabel bebas atau perlakuan tertentu terhadap variabel terikat yang terkendalikan. Metode eksperimen merupakan metode yang banyak digunakan oleh peneliti dan paling produktif dalam penelitian, sehingga apabila dilakukan dengan baik akan menghasilkan bukti yang paling benar berkaitan dengan hubungan sebab akibat.

Penelitian eksperimen dilakukan untuk melihat pengaruh dari suatu variabel terhadap variabel lainnya. Dalam penelitian ini penulis akan memberikan suatu perlakuan terhadap subjek dalam masa waktu yang telah ditentukan, kemudian setelah masa waktu pemberian perlakuan itu selesai selanjutnya penulis akan melihat hasil perlakuan tersebut terhadap variabel terikat. Penulis menggunakan metode ini karena ingin mengetahui pengaruh dari penerapan model latihan *passing* terhadap peningkatan keterampilan *passing* futsal.

3.2 Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu *pre test-post test control group design*. Terdapat dua kelompok pada penelitian ini yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang mana kedua kelompok tersebut akan diberikan *pre test* sebagai data awal, selanjutnya akan diberikan *treatment* berupa metode latihan *passing* bervariasi untuk kelompok eksperimen, sedangkan kelompok kontrol akan diberikan model latihan konvensional. Setelah diberikan *treatment* kedua kelompok tersebut akan diberikan perlakuan berupa *post test* untuk mengetahui pengaruh dari *treatment* yang telah diberikan.

Adapun rancangan penelitian yang akan digunakan, yaitu:

Tabel 3. 1 Desain *pre tets-post test control group design*

(Sumber : Fraenkel et al., 2012)

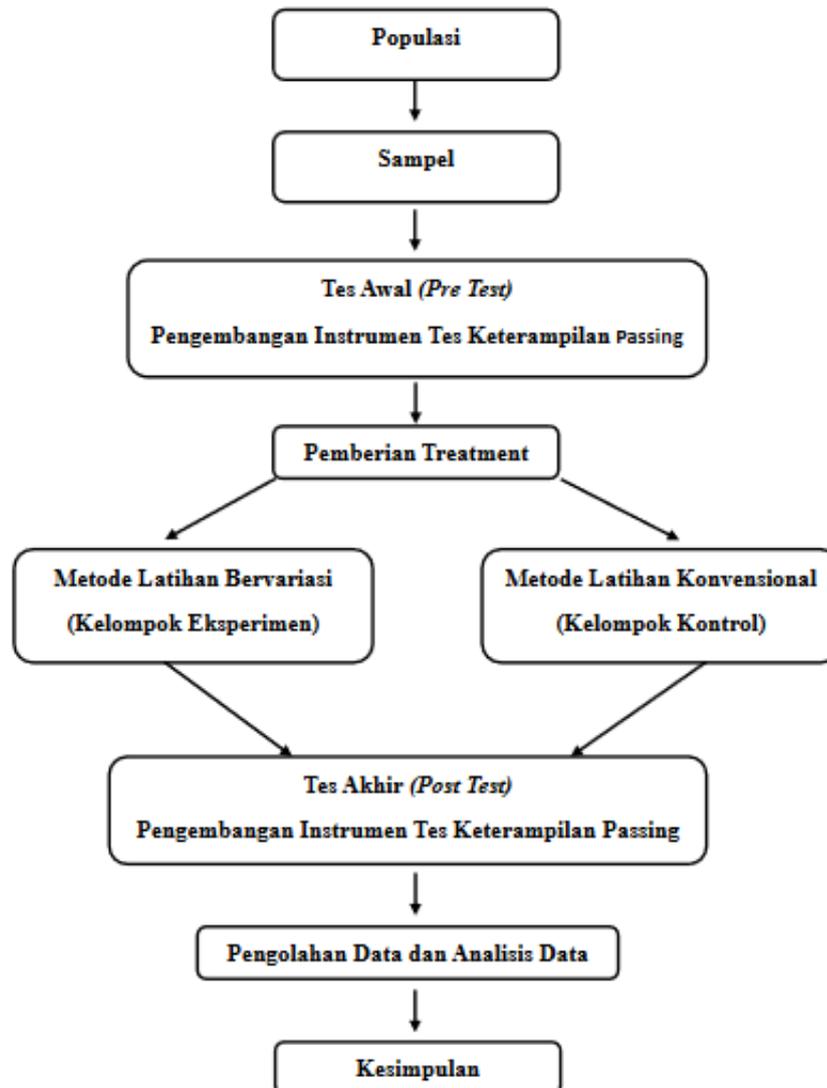
Kelompok	<i>Pre test (O1)</i>	<i>Treatment</i>	<i>Post test (O2)</i>
<i>Eksperimen</i>	RO1	X	O2
<i>Control</i>	RO3	C	O4

Keterangan:

- RO1: Pengambilan data awal kelompok eksperimen mengenai keterampilan *passing* futsal menggunakan Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan *Passing*
- O2: Pengambilan data akhir kelompok eksperimen mengenai keterampilan *passing* futsal menggunakan Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan *Passing*
- RO3: Pengambilan data awal kelompok kontrol mengenai keterampilan *passing* futsal menggunakan Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan *Passing*
- O4: Pengambilan data akhir kelompok kontrol mengenai keterampilan *passing* futsal menggunakan Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan *Passing*
- X: Pemberian *treatment* kelompok eksperimen berupa model latihan *passing* bervariasi
- C: Pemberian *treatment* kelompok kontrol berupa model latihan *passing* konvensional

3.3 Prosedur Penelitian

Berdasarkan desain penelitian diatas, maka penulis membuat langkah-langkah penelitian dalam pengumpulan data sebagai berikut:



Gambar 3 1 Prosedur Penelitian

(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Secara umum prosedur penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut:

3.3.1 Tahap Pra-Pelaksanaan

Pada tahap perencanaan atau pra-pelaksanaan terdiri atas beberapa tahapan yaitu;

- 1) Studi literatur dan pencarian informasi mengenai metode latihan *passing* bervariasi kaitannya dengan peningkatan keterampilan *passing* futsal, yang kemudian akan di teliti.

- 2) Penyusunan proposal penelitian, judul yang dibuat yaitu pengaruh metode latihan *passing* bervariasi terhadap peningkatan keterampilan *passing* futsal
- 3) Penyusunan praktek atau langkah-langkah pelaksanaan penelitian
- 4) Pengujian instrumen kepada dosen pembimbing dan melakukan uji coba instrumen.
- 5) Revisi instrumen dan pengembangan instrumen hasil revisi untuk digunakan dalam pengambilan keputusan pada instrumen yang akan digunakan.

3.3.2 Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, dilakukan penelitian terhadap sampel dengan perlakuan *treatment* berupa variasi model latihan *passing* sebanyak 12 kali pertemuan. Adapun langkah-langkah dalam proses pelaksanaannya dijelaskan pada tabel dibawah ini.

Tabel 3. 2 Langkah-langkah Pelaksanaan

(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

No	Pertemuan	Pelaksanaan
1.	Pertama	Peneliti memberikan <i>pre-test</i> dengan menggunakan instrument Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan <i>Passing</i> untuk mengukur variabel keterampilan <i>passing</i> pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol
2.	Kedua sampai ke sebelas	Peneliti memberikan <i>treatment</i> berupa variasi model latihan <i>passing</i> selama 10 kali pertemuan untuk kelompok eksperimen, dan model latihan konvensional untuk kelompok kontrol
3.	Ke dua belas	Peneliti melakukan post-test dengan menggunakan instrument Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan <i>Passing</i> untuk mengukur

		variabel keterampilan <i>passing</i> pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol
--	--	--

3.3.3 Tahap Pasca Pelaksanaan

Setelah dilakukan pelaksanaan *treatment* atau perlakuan, data kemudian dianalisis dan disajikan dalam bentuk table. Data akan diolah melalui statistik dengan software SPSS versi 22.

3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

3.4.1 Populasi

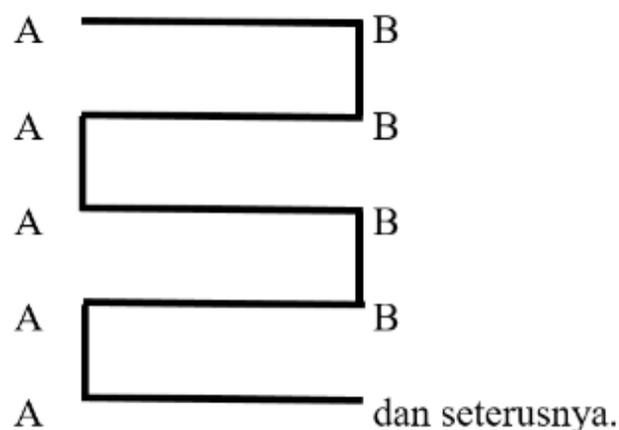
Dalam penelitian diperlukan adanya populasi untuk menyimpulkan data sebagaimana yang akan dijabarkan pada hasil penelitian sebagaimana menurut (Levitt et al., 2018) “Dalam penelitian diperlukan adanya individu yang membantu peneliti untuk mengetahui seberapa pengaruhkah penelitian ini”. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Nugroho, 2018). Menurut (Syahri, 2014) populasi adalah keseluruhan dari karakteristik atau unit hasil pengukuran yang menjadi objek penelitian. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas X sampai kelas XII sebanyak 18 orang, yang tergabung dan aktif mengikuti latihan di ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Talaga. Alasan peneliti memilih populasi tersebut karena berdasarkan hasil observasi masih banyaknya siswa ekstrakurikuler SMAN 1 Talaga memiliki keterampilan *passing* futsal yang rendah. Karakteristik populasi dalam penelitian yaitu siswa ekstrakurikuler yang merupakan pemain yang belum pernah tergabung dalam klub profesional atau platda dan platnas, artinya siswa yang masih mempunyai keterampilan dasar *passing* rendah dan belum pernah mengikuti pelatihan level profesional terdiri dari semua siswa yang tergabung mengikuti ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Talaga.

3.4.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang mempunyai ciri ciri atau keadaan tertentu yang akan diteliti (Firmansyah & Dede, 2022). Menurut (Alwi, 2015) sampel adalah wakil atau sebagian dari populasi yang memiliki sifat dan karakteristik yang sama bersifat representatif dan menggambarkan populasi

sehingga dianggap dapat mewakili semua populasi yang diteliti. Sedangkan sampel dalam penelitian ini yaitu semua siswa kelas X sampai kelas XII yang tergabung mengikuti latihan di ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Talaga dengan jumlah 18 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu *non-probability sampling* dengan *total sampling* atau sampling jenuh, karena populasi dan sampel yang digunakan dalam penelitian ini jumlahnya terbatas sehingga peneliti menjadikan keseluruhan jumlah populasi sebagai sampel.

Sampel pada penelitian ini dikategorikan menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan teknik *ordinal pairing*. Teknik *ordinal pairing* melibatkan pembagian subjek penelitian ke dalam dua kelompok dengan tujuan untuk memastikan bahwa kedua kelompok tersebut memiliki kesamaan atau kemampuan yang merata, baik dari segi karakteristik, faktor pengganggu, maupun variabel kunci yang menjadi fokus penelitian. Sugiyono dalam (Rostina et al., 2023). Pembagian kelompok menggunakan *ordinal pairing* ini dilakukan setelah sampel diberikan *pre test* atau pengambilan data awal yang kemudian data *pre test* tersebut di ranking dan di pasang dengan format atau rumus A-B-B-A kelompok A diberi perlakuan metode bervariasi dan kelompok B diberi perlakuan metode konvensional. Untuk lebih jelasnya Sutrisn Hadi dalam (Junaedi & Wahyudi, 2022) menjelaskan dalam gambar berikut:



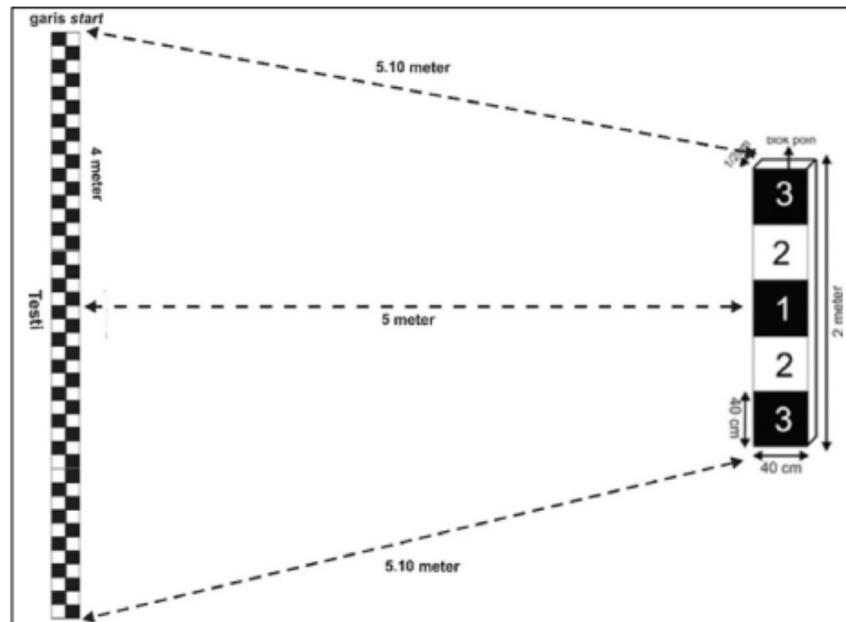
Gambar 3. 2 Teknik Ordinal Pairing Format A-B-B-A

(Sumber: Junaedi & Wahyudi, 2022)

Hasil *ordinal pairing* dalam pembagian kedua kelompok tersebut dapat dilihat pada tabel 4.2 halaman 34. Setelah dihasilkan dua kelompok, langkah selanjutnya adalah merandom kedua kelompok tersebut untuk menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan pendekatan *random assignment* dengan cara diundi menggunakan koin. Hal ini dilakukan agar kedua kelompok dalam penelitian ini mempunyai kesempatan yang sama untuk menjadi kelompok eksperimen (Berliana, 2024). Pembagian dari kelompok dengan cara ini akan lebih objektif bagi semua subjek penelitian (Subekti et al., 2023).

3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti (Yusup, 2018). Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah dalam bentuk tes dan pengukuran. Tes adalah alat yang diukur untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, intelegensi, keterampilan yang dimiliki individu atau kelompok (Nasution, 2017). Instrumen atau alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan ragam instrumen adopsi. Mengadopsi instrumen penelitian yang sudah ada merupakan cara yang paling efektif dan efisien untuk sebuah penelitian (Berliana, 2024). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan mengadopsi suatu tes Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan *Passing* Futsal (Doewes et al., 2022). Instrumen *passing* telah memiliki validitas 0,85 dan reliabilitas 0,81. Menurut (Berliana, 2024) instrumen yang dengan cara mengadopsi, tidak diperkenankan untuk di uji kembali validitas dan reliabilitasnya oleh peneliti. Dengan demikian instrumen tersebut secara konsisten dan shahih digunakan untuk mengukur keterampilan *passing* pemain futsal kelompok dewasa. Adapun cara penggunaan Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan *Passing* Futsal yaitu sebagai berikut:



Gambar 3 3 Pengembangan Instrumen Keterampilan *Passing* Futsal
(Sumber Doewes et al., 2022)

Perlengkapan:

- a. Lapangan futsal
- b. Target papan skor dengan panjang 2 meter Ukuran titik blok adalah: panjang: 40 cm lebar: 40 cm ketebalan: $\frac{1}{2}$ cm
- c. Enam bola futsal
- d. Pengukur
- e. Garis-garis
- f. Stopwatch

Petugas pelaksana:

- a. 1 orang mengatur giliran dan juga sebagai starter
- b. 1 orang sebagai pengawas target
- c. 1 orang mencatat hasil

Pelaksanaan: :

- a. Peserta uji berdiri di belakang garis awal dan siap menendang bola ke target.
- b. Pada sinyal "ya", peserta uji segera melakukan *passing* ke target yang disediakan.

- c. Bola harus memantul kembali ke garis awal dan dikick kembali oleh peserta uji.
- d. Melakukan sebanyak mungkin *passing* tanpa jeda.

Waktu pelaksanaan: 1 menit

Penilaian:

Skor yang dihitung adalah *passing* yang valid, yaitu *passing* yang mengenai papan target dan kembali ke garis awal serta peserta uji tidak melangkah ke garis awal.

Total skor adalah jumlah semua poin dari 2 kesempatan.

- a. Poin 0 jika bola tidak kembali ke garis awal
- b. Poin 1 jika bola mengenai target bagian tengah dan kembali ke garis awal
- c. Skor 2 jika bola mengenai target bagian samping dan kembali ke garis awal
- d. Skor 3 jika bola mengenai target bagian ujung dan kembali ke garis awal

Kriteria Penilaian:

Category	Value Limits
Very less	<59
Less	60 - 69
Enough	70 - 79
Good	80 - 89
Very good	> 90

Gambar 3 4 Kriteria Penilaian Instrumen

(Sumber Doewes et al., 2022)

3.6 Perlakuan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan memberikan perlakuan atau treatment kepada sampel yang dipilih. Dalam penelitian ini, peneliti memberikan perlakuan atau treatment sebanyak 12 kali pertemuan selama 4 minggu. Hal tersebut didasarkan pada pendapat (Harsono, 2017) menyatakan bahwa “Macro-cycle adalah suatu siklus latihan jangka panjang yang bisa memakan waktu 6 bulan, satu tahun, sampai beberapa tahun; meso-cycle lamanya 3-6 minggu; dan untuk micro-cycle kurang dari 3 minggu, bisa 1 atau 2 minggu)”. Selanjutnya (Juliantine et al., 2007) mengatakan bahwa “Sebagai percobaan untuk mendapatkan hasil yang baik bisa pula dilaksanakan dalam frekuensi latihan 3 hari dalam

seminggu, sedangkan lamanya latihan paling sedikit 4-6 minggu”. Sejalan dengan pendapat Tjaliek Sugiardo dalam (Umar Fitriadi, 2021) mengatakan bahwa Praktirk 12 hingga 16 kali telah mengalami perubahan permanen. Oleh karena itu, penelitian ini hanya 12 kali pertemuan dengan *pre test* dan juga *post test*. Treatmen yang dilakukan selama 12 kali pertemuan tersebut dibagi kedalam 3 kali pertemuan setiap minggu dan akan berlangsung selama 4 minggu, dimana setiap pertemuan berlangsung selama 2 jam.

3.6.1 Program Latihan

Program latihan yang akan kemudian dilakukan pada pemberian *treatment* saat penelitian yaitu suatu pengembangan model latihan *passing* (Hasibuan, 2012). Variasi model latihan *passing* yang akan diberikan terdiri dari 12 jenis variasi model. Peneliti akan memberikan satu variasi model setiap satu kali pertemuan kepada sampel di kelompok eksperimen yang kemudian akan selalu berubah di tiap pertemuannya. Adapun rangkaian program latihan tersebut akan dijabarkan pada tabel berikut.

3.7 Analisis Data

Data hasil penelitian yang telah dikumpulkan akan diolah dan dianalisis untuk menguji hipotesis penelitian. Tujuan analisis data untuk menjabarkan data ke dalam bentuk yang dapat dimengerti dan ditafsirkan. Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 22. Adapun penjelasan untuk masing-masing pengujian adalah sebagai berikut:

3.7.1 Deskripsi Statistik

Analisis ini digunakan untuk mengetahui gambaran umum mengenai data-data penelitian. Analisis ini berupa nilai rata-rata dan simpangan baku pada setiap kelompok. Berdasarkan data yang diperoleh yaitu data dari kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol hasil tes pengambilan keputusan merupakan data mentah sehingga diperlukan pengolahan data untuk dijadikan data yang baku.

3.7.2 Uji Normalitas

Uji Normalitas data dilakukan untuk mengetahui apakah data berada pada taraf distribusi normal atau tidak. Uji normalitas data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji Shapiro-wilk. Uji normalitas Shapiro-wilk merupakan bagian dari uji

asumsi klasik. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah nilai residual berdistribusi normal atau tidak. Model regresi yang baik adalah memiliki nilai residual yang berdistribusi normal. Menurut metode Shapiro-wilk, dasar pengambilan keputusan adalah sebagai berikut: Jika nilai signifikansi > 0.05 maka nilai residual berdistribusi normal.

3.7.3 Uji Homogenitas

Di samping pengujian terhadap penyebaran nilai yang akan dianalisis, perlu uji homogenitas. Uji homogenitas adalah pengujian mengenai sama tidaknya variansi-variansi dua buah distribusi atau lebih. Uji homogenitas biasanya digunakan sebagai syarat dalam analisis independen sampel t-test dan Anova. Uji homogenitas menggunakan uji Homogenitas Levene Statistics dari data *pre test* dan *post test* pada kedua kelompok. Jika nilai signifikansi > 0.05 maka distribusi data adalah homogen, dan Jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka distribusi data adalah heterogen.

3.7.4 Uji Hipotesis

3.7.4.1 Uji Paired Sample t-test

Uji hipotesis menggunakan uji *Paired Sampel t-test*, *Paired Sampel t-test* digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rata-rata dua sampel yang berpasangan. Dua sampel yang dimaksud adalah sampel yang sama namun mempunyai dua data. Uji *Paired Sampel t-test* merupakan bagian dari statistik parametrik oleh karena itu, sebagaimana aturan dalam statistik parametrik data penelitian haruslah berdistribusi normal. Dasar pengambilan keputusan dalam uji *Paired Sampel t-test* yaitu: Jika nilai Sig. (2-tailed) < 0.05 , maka terdapat perbedaan yang signifikan sedangkan, Jika nilai Sig. (2-tailed) > 0.05 , maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan.

3.7.4.2 Uji Independent Sample t-test

Uji hipotesis menggunakan uji *independent t-test*, *independent t-test* digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rata-rata dua sampel yang tidak berpasangan. Dua sampel yang dimaksud adalah sampel yang berbeda namun. Uji *independent t-test* merupakan bagian dari statistik parametrik oleh karena itu, sebagaimana aturan dalam statistik parametrik data penelitian haruslah berdistribusi normal. Dasar pengambilan keputusan dalam uji *independent t-test* yaitu jika nilai

Sig. (*2-tailed*) < 0.05, maka terdapat perbedaan yang signifikan sedangkan, Jika nilai Sig. (*2-tailed*) > 0.05, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan.

3.7.5 Presentasi Hasil

Persentase hasil merupakan penjelasan mengenai data *pre test* dan *post test* hasil analisa dari variasi model latihan *passing* terhadap peningkatan keterampilan *passing* futsal.