

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Yang dimana menurut Sugiyono (Menggabungkannya, 2011), data kuantitatif adalah metode penelitian yang didasarkan pada positivis (data konkrtit), data penelitian berupa angka-angka yang diukur dengan menggunakan statistik sebagai alat uji komputer, terkait dengan masalah yang di teliti dan membuat kesimpulan. Dengan cara penelitian ini peneliti dapat mencari dan menemukan data yang kemudian diolah sebagai sumber dalam menyusun proposal skripsi penelitian ini, melalui pendekatan kuantitatif juga diharapkan permasalahan yang dihadapi dalam penelitian ini dapat diungkapkan secara mendalam dan jelas tentang pengaruh feeling ball terhadap kemampuan dribbling dalam permainan sepakbola.

Penelitian ini adalah menggunakan eksperimen, dengan desain *one group pre-tets post-test design*. Menurut Arikunto (2010) penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui adanya akibat atau tidak terhadap subjek yang dikenai perlakuan. Perencanaan program latihan ball feeling sebagai perlakuan disusun sesuai kaidah latihan untuk meningkatkan pengaruh kemampuan dribbling. Sebelum perlakuan dimulai terlebih dulu dilakukan tes awal/*pretest*, kemudian dilakukan tes akhir/*posttest* setelah perlakuan. Jika hasil tes akhir ada peningkatan secara signifikan dari tes awal maka terdapat pengaruh. Desain yang digunakan adalah "*one groups pre-test-post-test design*" (Saputra & Aguss, 2021).

<i>Pretest</i>	Variabel Terikat	<i>Posttest</i>
Y1	X	Y2

Keterangan:

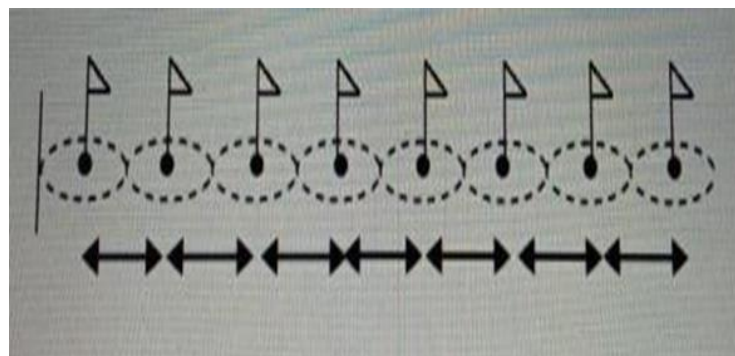
- Y1 : Pengukuran Awal (*Pretest*)
X : Perlakuan (*Treatment*)
Y2 : Pengukuran Akhir (*Posttest*)

3.2 Populasi dan Sampel

Populasi adalah area generalisasi yang terdiri dari Objek/item yang menunjukkan sifat dan karakteristik tertentu yang telah diputuskan oleh peneliti untuk dipelajari dan dari mana ia menarik kesimpulan. Partisipan dan lokasi penelitian dapat mencakup 4 aspek yaitu lokasi penelitian (lingkungan), orang yang menjadi objek pengujian atau observasi (aktor), kejadian atau peristiwa yang menjadi pelaku (peristiwa), dan keaslian penelitian. Karakter atau emosi yang dirasakan oleh aktor (proses). Sampel penelitian ini adalah siswa sepak bola berusia 11-12 tahun di SSB Bina Putra Pamekar Sumedang. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 16 orang peserta latihan sepakbola, test penelitian ini terdiri dari 1 jenis, test zig-zag *ball feeling* yang dimana bola harus tetap terkontrol pada jarak kaki, test kecepatan sama seperti test zig-zag tetapi ada beberapa tambahan variasi dengan jarak 5 meter. Hingga digunakan oleh 16 pesepakbola. Teknik analisis data yang digunakan adalah Teknik Pengumpulan Data uji normalitas, homogenitas dan hipotesis (Ardiansyah et al., 2023).

3.3 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini menggunakan tes keterampilan dalam permainan sepak bola. Dalam penelitian kuantitatif akan mengumpulkan data untuk peneliti melakukan test dan eksperimen (Artikel, 2022). Instrumen tes yang digunakan adalah dribbling zig-zag (Subagyo Irianto, dkk (2010: 3)). Dibawah ini adalah gambar instrumen tes dribbling zig-zag yang dikembangkan untuk mengukur kelincahan menggiring bola (Muhammad Ihsan Shabih et al., 2021).



Gambar 3. 1 Instrumen Penelitian

Sumber: Subagyo Irianto, dkk (2010: 3)

Kategori	Waktu (Detik)
Baik Sekali	< 12,93
Baik	12,94 – 14,50
Sedang	14,51 – 15,70
Kurang	15,70 – 16,65
Kurang Sekali	>16,65

Sumber: Tauba & HB (2021)

Cara Pelaksanaan Tes :

Sampel berdiri dengan posisi siap dengan bola dikaki menghadap cones yang sudah disusun dengan zig-zag, setelah mendengar aba-aba peluit sampel mulai melakukan zig-zag dengan bola secara cepat, apabila bola terlepas dari kaki maka waktu *stopwatch* tetap berjalan dan sampel melakukan 1x percobaan untuk mencari waktu tercepatnya.

3.4 Prosedur penelitian

Dalam penelitian ini prosedur penelitian menggunakan instrument eksperimen dan tes yang dimana peneliti mengeksperimen secara tatap muka atau langsung mengamati kemampuan subjek penelitian secara langsung dilapangan dengan berbagai aktivitas yang dilakukannya. Dalam penelitian ini, peneliti mengukur dan mencatat menggunakan alat bantu yaitu stopwatch untuk mengukur waktu secara terstruktur, contohnya melakukan *ball feeling* melewati *cones* zig-zag tes yang akan dijadikan data oleh peneliti. Melalui teknik ini peneliti mencoba meng ekeperimen para pemain yang mempunyai *ball feeling* yang bagus.

Prosedur penelitian ini ada tiga tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap pengolahan data dan analisis data, penjelasannya sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini terdapat beberapa kegiatan yang dilakukan yaitu mengurus perizinan penelitian, berkunjung ke SSB Bina Putra Pamekar Kabupaten Sumedang untuk malakukan observasi mengenai keadaan SSB Bina Putra Pamekar Kabupaten Sumedang, dan didapat masalah yang sering terjadi dalam latihan sepak bola yaitu mengenai kurang akuratnya dalam melakukan dribbling.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan yang pertama dilakukan adalah, melakukan perkenalan kepada seluruh anggota SSB Bina Putra Pamekar Kabupaten Sumedang bahwasanya selama beberapa pertemuan akan ada penelitian dan merubah program latihan yang biasanya di lakukan dengan program yang akan di berikan oleh peneliti yaitu menerapkan program latihan *ball feeling*, dan sebelum dilaksanakannya program latihan tersebut akan dilaksanakan juga tes awal atau *pretest* juga *posttest* setelah dilaksanakannya *treatment* yaitu latihan *ball feeling*.

3. Program Latihan

Program latihan yang diberikan pada penelitian ini yaitu menggunakan metode latihan *ball feeling* yang bertujuan untuk meningkatkan kelincahan *dribbling* dalam olahraga sepak bola. Latihan menggunakan *ball feeling* peneliti anggap sangat tepat untuk meningkatkan kelincahan *dribbling* karena jenis latihan yang menyenangkan dan tidak monoton, juga didalamnya banyak permainan-permainan seru yang membuat atlet tidak cepat bosan.

3.5 Pengolahan dan Analisis Data

Pada tahap ini data yang diperoleh pada langkah ini adalah data kuantitatif dari tes awal dan tes akhir dari kelompok control dan kelompok eksperimen, yang kemudian diolah sebelum ditarik kesimpulan dari data yang diolah, yang didasarkan pada penelitian.

Ketika data diperoleh, analisis dilakukan, dan analisis data didasarkan pada hasil data. Ketika data diperoleh melalui cara kuantitatif, data statistik digunakan. Menurut Noeng Muhadjir (1998:104), analisis data digunakan untuk mencari dan mencatat secara sistematis hasil observasi, wawancara, dan informasi lainnya guna meningkatkan pemahaman peneliti terhadap kasus yang diteliti dan menyajikannya sebagai sumber bagi orang lain (Mustaqim, 2018). Informasi yang diperoleh dari temuan penelitian kuantitatif (dalam bentuk angka).

Rata-rata *pre-test* dan *post-test* ditentukan setelah data *pre-test* dan *post-test* dikumpulkan. Untuk eksperimen, dilakukan perhitungan dengan menggunakan uji normalitas dan homogenitas. Setelah itu, *Paired Sample t-test* dihitung untuk mengetahui pengaruh *ball feeling* terhadap kelincahan *dribbling* dalam permainan sepak bola. Pada tahap ini data yang diperoleh pada langkah ini adalah data

kuantitatif dari hasil tes awal dan tes akhir dari, yang kemudian diolah sebelum ditarik kesimpulan dari data yang diolah, yang didasarkan pada penelitian.

a. Rumus Uji Normalitas

Nilai sig > 0.05, kesimpulannya data berdistribusi NORMAL.

Nilai sig < 0.05, kesimpulannya data berdistribusi TIDAK NORMAL.

b. Rumus Uji Homogenitas

Nilai sig > 0.05, kesimpulannya data bersifat HOMOGEN.

Nilai sig < 0.05, kesimpulannya data bersifat TIDAK HOMOGEN.

c. Rumus Paired Sample t-test

Jika nilai sig > 0.05 maka HI DITOLAK HO DITERIMA, kesimpulannya tidak terdapat hasil/pengaruh.

Jika nilai sig < 0.05 maka HI DITERIMA HO DITOLAK, kesimpulannya terdapat hasil/pengaruh