

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Metode Penelitian

Metode merupakan salah satu bagian utama dalam struktur penelitian (Arsyad, 2013). Metode penelitian adalah pendekatan yang digunakan untuk mengatasi masalah penelitian. Berbagai jenis metode termasuk korelasi, eksperimen, deskriptif, evaluasi, survei, studi kasus, dan lainnya, dipilih berdasarkan tujuan dan pertanyaan penelitian (M. Sari et al. 2023). Maka penelitian ini menggunakan Metode eksperimen. Metode ini dipilih karena tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak yang ditimbulkan dari suatu perlakuan (*treatment*), Dalam kaitannya dengan pemilihan subjek penelitian. Dalam penetapan random biasanya di pakai sebagai dasar untuk menetapkan sebagai kelompok perlakuan dan control. Oleh sebab itulah, disebut penelitian eksperimen kuasi. Jenis penelitian dalam penelitian ini menggunakan eksperimental semu (*quasy eksperiment*) yaitu eskperimen yang memiliki perlakuan, pengukuran dampak, unit eksperimen namun tidak menggunakan penugasan acak untuk menciptakan perbandingan dalam rangka menyimpulkan perubahan yang disebabkan perlakuan (Cook, 1979).

#### 3.2 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian model *pre-test post-test group design* (Winarno, 2007) yang melibatkan satu kelompok dan dilakukan *pre-test* (tes awal), kemudian diberikan suatu perlakuan (*treatment*) selama 16 kali pertemuan, dan selanjutnya dilakukan *post-test* (tes akhir) dengan jadwal Januari-Februari 2024. Untuk mengolah data hasil tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*) dalam penelitian ini, maka digunakan langkah-langkah statistik yang berpedoman pada rumus uji “t”.

<b>Class</b>	<b>Pre-test</b>	<b>Treatment</b>	<b>Post-test</b>
E	X <sub>1</sub>	T <sub>1</sub>	Y <sub>1</sub>
K	X <sub>2</sub>	T <sub>2</sub>	Y <sub>2</sub>

Gambar 3.1  
Desain Penelitian pre-test-post-test menurut (Ani Minarni, 2017)

Keterangan:

Exsperiment	Control
E : Metode Latihan Sirkuit	K : Metode <i>Drill Pass</i>
$X_1$ : <i>Pre-test</i>	$X_2$ : <i>Pre-test</i>
T <sub>1</sub> : Treatment Latihan Sirkuit	T <sub>2</sub> : Treatment Metode <i>Drill Pass</i>
$Y_1$ : <i>Post-test</i>	$Y_2$ : <i>Post-test</i>

Pada bentuk desain penelitian diatas sampel yang sudah dipilih terlebih dahulu dilakukan *pre-test*, metode *pre-test* yang digunakan adalah .setelah dilakukan *pre-test* pada dua kelompok sampel, Selanjutnya kelompok eksperimen diberikan perlakuan yaitu metode latihan *sirkuit dan drill pass*. Kemudian pada akhir sesi penelitian kelompok eksperimen diberikan *post-test* untuk mengukur peningkatan ketepatan *passing spin*.

### 3.3 Populasi dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi menurut Fraenkel, dkk (2012) adalah kelompok yang diteliti, kelompok dimana peneliti akan melakukan generalisasi hasil penelitiannya. Berdasarkan pendapat diatas maka peneliti harus menggeneralisasi populasi tersebut, oleh karena itu populasi tersebut harus dapat diakses. Berdasarkan pernyataan tersebut yang di pahami peneliti, maka populasi yang dapat diakses oleh peneliti adalah atlet yang tergabung dalam tim Pelatihan Daerah Cabang Olahraga *Rugby Jawa Barat*

#### 2. Sampel

Tehnik sampling merupakan cara-cara yang ditempuh dalam pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian (Sastroasmoro & Ismail, 1995; Nursalam 2015). Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan cara *purposive sampling* yangg dimana menurut Sugiyono dalam (Kasnawi, 2009) bahwa di dalam menentukan sampel yaitu dengan adanya pertimbangan lain, Maka dari itu ada beberapa kriteria dalam penelitian ini yaitu keaktifan dan kemahiran melakukan *passing spin* dalam mengikuti latihan. Dalam penelitian ini yang menjadi sampel adalah semua atlet Pelatda *rugby Jawa Barat* Yang mengikuti

*Trainning Center* (TC) persiapan PON ke-XXI Aceh-Sumut yang berjumlah 30 orang dengan kriteria pengambilan sampel berdasarkan keaktifan dan kemahiran dalam melakukan *passing spin*.

### 3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Risbon Sianturi, Aini Loita 2022) Dalam suatu penelitian diperlukan alat ukur yang disebut instrumen dan teknik pengumpulan. Sehingga tanpa adanya instrumen mustahil data akan terkumpul dan dapat diolah untuk menggeneralisasikan hasil penelitian. Dalam penelitian ini akan dilakukan pengumpulan dan pengolahan data, yang diperoleh berasal dari instrumen tes atau tes keterampilan *passing spin* (Suryam Dora, 2017).

#### 3.4.1 Uji Validitas Instrumen

Prinsip validitas adalah pengukuran dan pengamatan yang berarti prinsip keandalan instrumen dalam mengumpulkan data sedangkan reabilitas adalah kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan bila fakta atau kenyataan hidup tadi diukur atau diamati berkali-kali dalam waktu yang berlainan (Nursalam, 2015).

Berdasarkan uji validitas instrument dalam penelitian (Rizqi et al., 2024). Validitas instrument ketepatan *passing spin* terdapatkan nilai yang dihasilkan 0,824 dan nilai ini dapat dikatakan valid.

#### 3.5.1 Test Passing Spin Rugby

##### a. Tujuan

Tes ini untuk mengukur ketepatan *passing* mengarahkan bola dengan tepat dalam suatu sasaran atau target

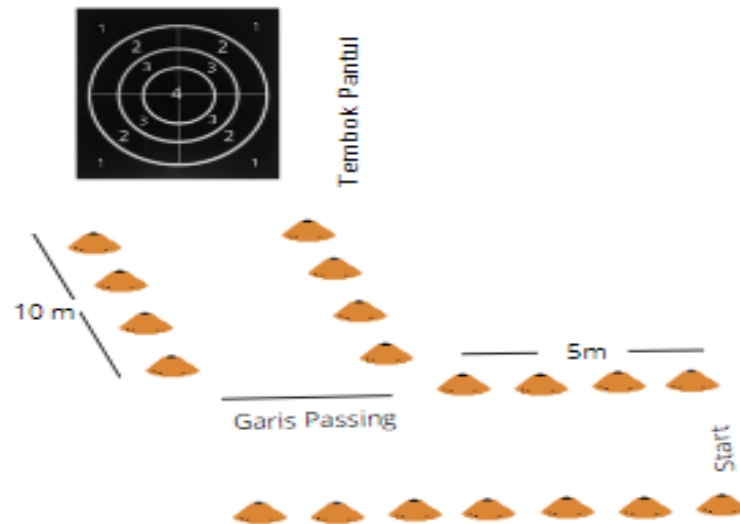
##### b. Alat

Tembok pantul yang di berikan target nomor untuk sasaran, bola rugby 6 buah, dan cons

##### c. Pelaksanaan

1. Saat peserta melakukan sprint sejauh 5 meter dan sejajar dengan tembok pantul sejauh 10 meter di belakang garis.

2. Pada saat melakukan *passing spin* peserta berusaha melakukan *passing spin* dengan mengarahkan bola pada sasaran yang memiliki nilai tertinggi.
3. Area target memiliki nilai 1-4.



Gambar : *Test Passing Spin*

Sumber : (Rizqi et al., 2024)

4. Kesempatan peserta melakukan *passing spin* sebanyak 5 kali.
5. Disaat peserta melakukan *passing spin* terjadi kesalahan teknis seperti terpeleset dan lain-lain, maka peseta dapat minta *passing spin* di ulang.

#### d. Penilaian

Nilai 4	Tepat Sekali
Nilai 3	Tepat
Nilai 2	Kurang Tepat
Nilai 1	Kurang Sekali

#### Keterangan:

1. Nilai 1, bola mengenai area nomor 1 (bagian luar lingkaran).
2. Nilai 2, bola mengenai area nomor 2 (bagian dalam lingkaran paling luar).
3. Nilai 3, bola mengenai area no 3 bagian dalam lingkaran ke dua.
4. Nilai 4, bola mengenai target dengan tepat dilingkaran paling tengah.

### 3.5 Prosedur penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menyusun prosedur penelitian menjadi tiga tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap pelaporan. Berikut adalah rincian pada masing-masing tahapan:

#### 3.5.1 Tahapan Persiapan

Pada tahap persiapan, peneliti menyusun rancangan penelitian, berdasarkan temuan peneliti di lapangan, kemudian setelah konsep dan rancangan penelitian selesai disusun, maka peneliti selanjutnya melakukan kegiatan-kegiatan berikut ini:

- a. peneliti meminta izin kepada pihak PENGPROV *Rugby* Jawa Barat untuk melaksanakan penelitian.
- b. Kemudian mengobservasi atlet *Rugby* dan tempat yang akan diteliti. Untuk mengetahui lebih dalam karakteristik atlet *Rugby* Jawa Barat dan tempat yang akan dilaksanakan penelitian.
- c. Penelitian ini bertempat di lapangan Sepak Bola Yon Zipur 9, Ujung Berung, Kota Bandung.
- d. Menentukan populasi dan sampel yang dilibatkan dalam penelitian.
- e. Menyusun dan menyesuaikan instrumen penelitian Tes *passing spin* yang mengacu kepada validitas instrument *passing spin* dalam permainan olahraga *rugby* (Rizqi et al., 2024).
- f. Membuat program latihan sirkuit dan drill pass dalam olahraga rugby

#### 3.5.2 Tahapan Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, peneliti melakukan rangkaian pelaksanaan penelitian sebagai berikut:

- a. Melaksanakan *pre-test* menggunakan instrumen tes *passing spin*.
- b. Memberikan perlakuan dalam program latihan sirkuit dan *drill pass*. perlakuan diberikan enam belas kali pertemuan selama dua bulan mulai dari bulan januari-februari 2024.
- c. Melaksanakan *post-test* menggunakan instrumen tes *passing spin*.

#### 3.5.3 Tahapan Pelaporan

Pada tahap pelaporan, peneliti melakukan proses pengumpulan, pengolahan dan analisis data penelitian. Berikut adalah alur pada tahap pelaporan ini:

- a. Mengumpulkan dan memverifikasi data
- b. Menyajikan data dalam bentuk tabel untuk menggambarkan hasil penelitian.
- c. Menguji hipotesis penelitian dengan menggunakan perhitungan statistik melalui program SPSS.
- d. Kemudian menarik simpulan berdasarkan hasil penelitian yang di hubungkan dengan teori-teori penelitian dan pengalaman empirik peneliti.

### **3.7 Teknik Analisis Data**

Menurut Sugiyono (2018) analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh. Dia mengatakan bahwa:

Proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan di pelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

Dalam menganalisis data, peneliti menggunakan aplikasi SPSS 22 for Windows. Aplikasi ini adalah aplikasi yang digunakan untuk analisis statistika lanjut, analisis data dengan algoritma machine learning, analisis string, serta analisis big data yang terintegrasi.

#### **3.7.1 Uji Normalitas**

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya data yang menjadi syarat untuk menentukan uji statistik yang dilakukan dalam analisis data tersebut. Penghitungan uji normalitas ini menggunakan aplikasi *SPSS 22.00 for windows* melalui (*Shapiro-Wilk*). Kriteria pengujian dengan taraf signifikansi 5% ( $\alpha = 0,05$ ) adalah  $H_0$  diterima apabila *Sig.*  $\geq 0,05$  dan  $H_1$  ditolak apabila *Sig.*  $< 0,05$ . Hipotesis yang akan diuji ialah sebagai berikut.

$H_0$  = data berasal dari sampel yang distribusi normal.

$H_1$  = data berasal dari sampel yang distribusi tidak normal.

### 3.7.2 Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah dari kedua populasi adalah berasal dari varians yang sama. Pada tahap ini uji yang digunakan adalah uji Levene dengan menggunakan aplikasi SPSS 22.00 for windows.

### 3.7.3 Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk melihat perbedaan statistic dari dua variabel. Dalam hal ini variabel satu adalah perlakuan metode latihan sirkuit dan variabel kedua adalah perlakuan metode latihan drill. Berikut langkah-langkah pengujian hipotesis.

#### 3.7.3.1 Uji independent sample t-test

Uji perbedaan dua variabel ini bertujuan untuk mengetahui yang digunakan bergantung pada hasil uji normalitas. Jika data terdistribusi normal, maka uji perbedaan menggunakan paired t-test. Jika data tidak terdistribusi normal, maka menggunakan uji *Wilcoxon* atau yang disebut Uji-W. Uji statistik ini menggunakan bantuan program SPSS 24.00 for windows. Kemudian untuk menguji hubungan atau pengaruh dua variabel nominal dilakukan uji Independent t-test untuk data yang terdistribusi normal dan uji ChiSquare/Uji Man Whitney untuk data yang terdistribusi tidak normal.

Untuk Uji Chi-Square sendiri juga dapat mengukur kuatnya hubungan antara variabel yang satu dengan variabel nominal lainnya C=Coeffisien of Contingency). Kriteria pengujiannya adalah  $H_0$  ditolak jika  $\text{sig} \leq 0,05$  dan  $H_0$  diterima jika  $\text{sig} > 0,05$  karena taraf signifikansnya adalah 5% ( $\alpha = 0,05$ ). Kriteria pengujiannya adalah  $H_0$  ditolak jika nilai *P-value* (*Sig.2-tailed*) lebih kecil dari ( $\alpha = 0,05$ ). Perhitungan uji perbedaan rata-rata *Wilcoxon* (Uji-W) dan uji ChiSquare menggunakan bantuan program SPSS 24.00 for windows.