

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

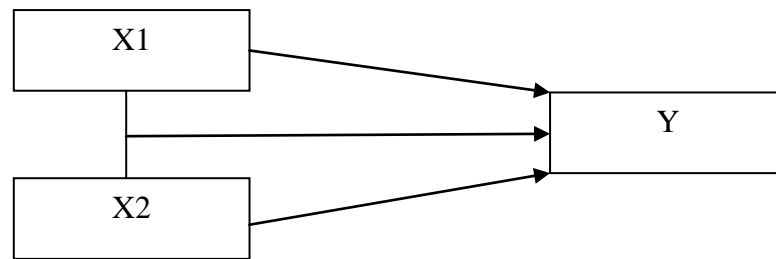
#### **A. Lokasi dan Sampel Penelitian**

Lokasi penelitian yang dipilih oleh penulis adalah stadion sepakbola FPOK Padasuka. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 pemain PSBUM. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 10 orang dengan pemain usia 12 tahun yang termasuk anggota pemain Pengcab Kota Bandung. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling* yang berarti sampel dipilih berdasarkan pertimbangan tertentu berdasarkan kebutuhan. Peneliti mengambil sebagian sampel berdasarkan seleksi dengan beberapa kriteria yang memiliki kekuatan otot tungkai, kelincahan dan kemampuan *dribbling* yang baik.

#### **B. Desain Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kekuatan (X1) dan kelincahan (X2) terhadap kemampuan *mendribbling* bola (Y) dalam permainan sepakbola, sehingga penelitian ini termasuk penelitian korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada, betapa eratnya hubungan serta berarti atau tidak hubungan itu (Arikunto, 1996: 270).

Desain penelitian dibuat agar peneliti mampu menjawab pertanyaan tentang penelitiannya secara obyektif, tepat dan sehemat mungkin. Desain penelitian disusun dan dilaksanakan dengan penuh perhitungan agar dapat menghasilkan petunjuk yang kuat dengan masalah penelitian. Adapun desain penelitian ini adalah:



GAMBAR 3.1 Desain Hubungan Antara Variabel X dan Y  
(Sumber: Peneliti)

- (X1) : kekuatan  
 (X2) : kelincahan  
 (Y) : kemampuan *mendribbling* bola

Menurut Sugiyono, (2011: 38) “variabel adalah konstruk (*constructs*) atau sifat yang akan dipelajari”. Berdasarkan permasalahan yang ada, variabel yang terdapat dalam penelitian ini terdiri dari :

1. Variabel Bebas / *Independen*( X )

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel *dependen* (terikat). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kekuatan otot tungkai dan kelincahan.

2. Variabel Terikat / *Dependen*( Y )

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.

### C. Metode Penelitian

Dalam setiap melakukan penelitian diperlukan suatu metode. Penggunaan metode dalam penelitian disesuaikan dengan masalah serta tujuan penelitian tersebut. Metode adalah langkah-langkah yang diambil untuk mempermudah penelitian. Setiap penelitian terlebih dahulu harus menentukan metode apa yang akan digunakan dalam

Zuli Afrosin, 2014

*Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Mendribbling Bola Pada Permainan Sepakbola*

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

penelitian, hal ini perlu dilakukan karena metode merupakan cara yang akan menentukan berhasil atau tidaknya tujuan yang akan dicapai. Menurut Surakhmad (1990:131) menjelaskan tentang metode, yaitu:

”Metode merupakan cara utama yang dipergunakan untuk mencapai suatu tujuan, misalnya untuk menguji serangkaian hipotesa, dengan mempergunakan teknik dan alat-alat tertentu. Cara utama itu dipergunakan setelah penyelidik memperhitungkan kewajarannya ditinjau dari tujuan penyelidikan serta dari situasi penyelidikan.”

Metode penelitian ada tiga jenis, yaitu metode historis, metode *deskriptif*, dan metode eksperimen. Dari ketiga metode tersebut, yang sesuai dengan penelitian ini adalah metode penelitian *deskriptif*. Penelitian *deskriptif* merupakan suatu metode penelitian yang digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang diteliti, baik itu status sekelompok manusia, suatu obyek, suatu kondisi, suatu sistem pemikiran ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang. Menurut Surakhmad (1990: 139) mengatakan:

“Penyelidikan *deskriptif* tertuju pada pemecahan masalah yang ada pada masa sekarang. Karena banyak sekali ragam penyelidikan demikian, metode penyelidikan deskriptif lebih merupakan istilah umum yang mencakup berbagai teknik *deskriptif*. Diantaranya ialah penyelidikan yang menuturkan, menganalisis dan mengklarifikasikan, penyelidikan dengan teknik survei, dengan teknik *interview*, angket, observasi atau teknik tes, studi kasus, studi komperatif, studi waktu dan gerak, analisa kuantitatif, studi kooperatif atau operasional”.

Alasan penulis menggunakan metode penelitian deskriptif adalah, karena penelitian ini sebagai pemecah masalah dengan mengklarifikasi dengan teknik observasi. Penelitian ini hanya memberikan suatu gambaran mengenai fenomena tersebut. Mengenai metode deskriptif artinya melukiskan variabel demi variabel, satu demi satu.

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif dengan teknik korelasional. Secara kutipan berkaitan dengan

metode deskriptif, mengutarakan bahwa ”metode deskriptif pada hakekatnya adalah mencari teori, bukan menguji teori. Metode ini menitikberatkan pada observasi dan suasana ilmiah”.

#### **D. Definisi Operasional**

Agar tidak timbul persepsi yang berbeda berkaitan dengan penulisan ini, maka ada beberapa hal yang hendak penulis tegaskan antara lain:

##### 1. Hubungan

Hubungan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah “keadaan berhubungan” (Depdikbud, 1989: 313). Dalam penulisan ini yang dimaksud dengan hubungan adalah keadaan berhubungan antara kekuatan otot tungkai dan kelincuhan lari dengan kecepatan *mendribbling* bola.

##### 2. Kekuatan otot tungkai

Tungkai menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah kaki (seluruh kaki dari pangkal paha kebawah) (Depdikbud, 1989: 973). Jadi yang dimaksud kekuatan otot tungkai disini adalah kemampuan otot tungkai seseorang dalam menggunakan sekelompok otot untuk melakukan gerakan *mendribbling* bola.

##### 3. Kelincuhan

Kelincuhan menurut Sajoto (1995: 9) kemampuan seseorang mengubah posisi diarea tertentu. Pendapat lain mengatakan kelincuhan adalah kemampuan seseorang untuk arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan (Lutan, dkk, 1997: 117). Dari pendapat di atas, peneliti mengambil kesimpulan bahwa kelincuhan adalah kemampuan seseorang dalam mengubah posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan kesadaran atau keseimbangan. Jadi yang dimaksud kelincuhan dalam penelitian ini adalah kelincuhan seseorang dalam *mendribbling* bola dalam permainan sepak bola.

##### 4. Kemampuan *mendribbling* bola

Menurut Soedjono (1985:143) *mendribbling* bola adalah membawa bola dengan kaki untuk melewati lawan. Yang dimaksud *mendribbling* bola dalam penelitian ini adalah kecakapan atau kemampuan anak dalam *mendribbling* bola melewati rintangan. Dari hasil uraian di atas tentang pengertian *mendribbling* bola dalam permainan sepak bola, maka jelaslah sudah bahwa *mendribbling* bola adalah salah satu teknik dasar yang memegang peranan dalam permainan sepak bola. Dengan demikian, setiap pemain harus memiliki teknik penguasaan bola dengan baik dan benar dalam menentukan keberhasilan suatu tim atau kesebelasan. Oleh karena itu, untuk meningkatkan keterampilan atau kemampuan dalam permainan sepak bola khususnya teknik dasar *mendribbling* bola, harus latihan secara teratur serta sistematis dengan metode atau bentuk latihan yang tetap.

#### 5. Permainan sepakbola

Sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas (11) orang pemain, yang lazim disebut kesebelasan. Masing-masing regu atau kesebelasan berusaha memasukan bola sebanyak-banyaknya kedalam gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan (Sarumpaet, 1992:5). Dapat disimpulkan bahwa permainan sepakbola adalah cabang olahraga permainan beregu atau permainan team, maka suatu kesebelasan yang baik, kuat, tangguh adalah kesebelasan yang terdiri atas pemain-pemain yang mampu menyelenggarakan permainan yang kompak, artinya mempunyai kerja sama tim yang baik. Sukatamsi (1984: 12) menyatakan bahwa untuk mencapai kerja sama tim yang baik diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai semua bagian-bagian dan macam-macam teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola, sehingga dapat memainkan bola dalam segala posisi dan situasi

dengan cepat, tepat dan cermat, artinya tidak membuang-buang energi atau waktu.

## E. Instrumen Penelitian

Instrumen merupakan poin penting dalam sebuah penelitian, instrumen berfungsi untuk memperoleh data yang diinginkan dari sebuah penelitian seperti yang diungkapkan (Sugiyono, 2011: 102) bahwa “instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati”. Instrumen adalah alat untuk memperoleh informasi yang akan dikumpulkan. Suatu syarat yang harus diperhatikan dalam memilih instrumen adalah instrumen tersebut harus valid (dapat mengukur apa yang hendak diukur) dan reliabel (ketetapan hasil).

### 1. Tes Kekuatan Otot Tungkai



Gambar 3.2. Leg Dynamometer  
(Sumber: <http://www.google.com/search>)

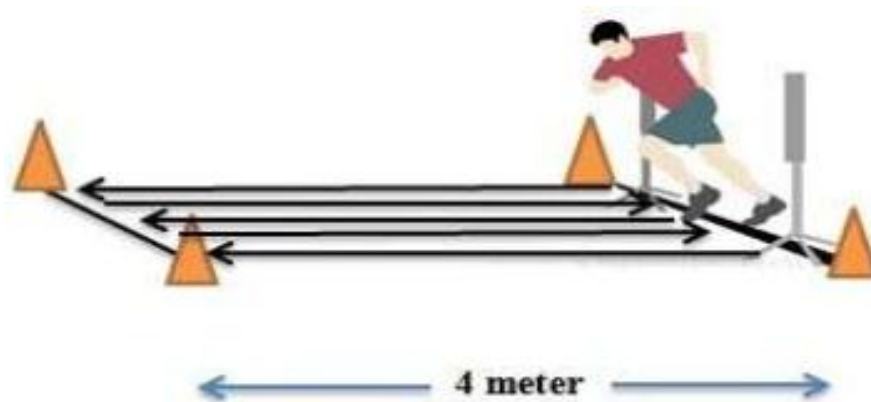
Zuli Afrosin, 2014

**Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Mendribbling Bola Pada Permainan Sepakbola**

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

- a. Tujuan : Untuk mengetahui kekuatan otot tungkai.
- b. Alat : *Leg dynamometer* dan alat tulis.
- c. Persiapan : Subyek berdiri pada tumpuan *Leg Dynamometer* dengan lutut ditekuk bersudut kurang lebih  $45^{\circ}$  dan tubuh tegak, serta alat diikatkan di pinggang subyek.
- d. Pelaksanaan : Dengan aba-aba Ya, maka subyek menarik secara maksimal dengan sendi lutut perlahan-lahan, kemudian hasilnya dapat dilihat pada jarum yang menunjukkan angka pada alat tersebut yang dinyatakan dalam satuan kilogram. Setiap sampel diberi dua kali kesempatan dan diambil salah satu skor yang terbaik.
- e. Skor : Berdasarkan kekuatan otot tungkai yang dapat dilihat pada alat tersebut. Angka yang ditunjukkan oleh jarum alat tersebut menyatakan besarnya kekuatan otot tungkai tersebut yang diukur dalam kg.

## 2. Tes Kelincahan



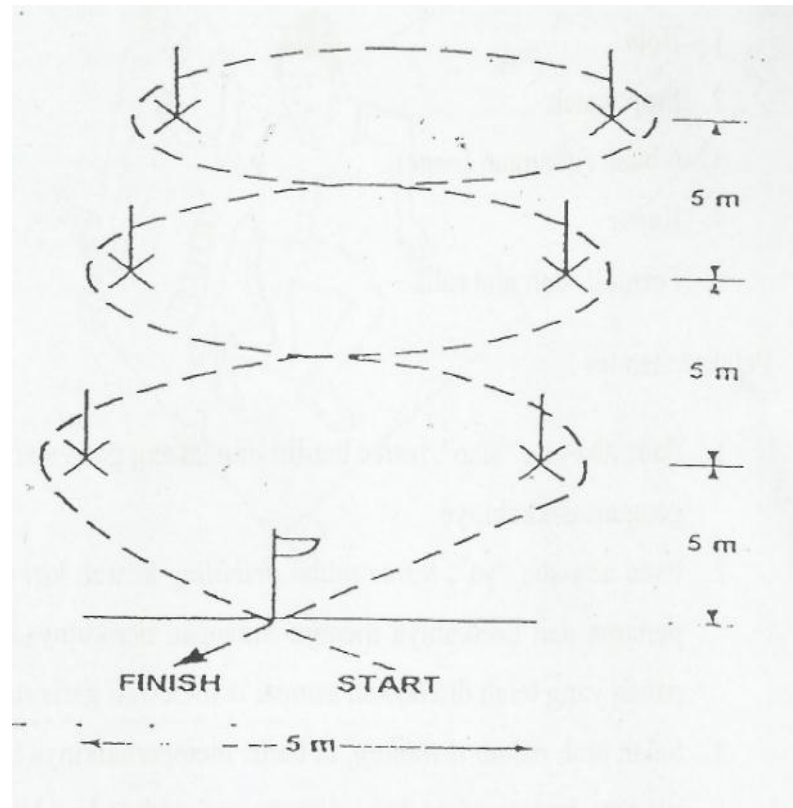
Gambar 3.3. Gambar *Shuttle Run 4mx5*  
(Sumber: Asep Sumpena, 2013)

- a. Tujuan : Mengukur kelincahan.
- b. Alat : *Stopwatch*, pluit, kons, alat tulis.

- c. Persiapan : Subyek disuruh mencoba lintasan yang telah disediakan.
- d. Pelaksanaan : Subyek berdiri di belakang garis *start*. Pada saat aba-aba Ya, subyek berlari secepat mungkin.
- e. Skor : Diambil waktu yang terbaik dengan melakukan 2 kesempatan, dan dicatat dalam satuan detik.

### 3. Tes *Mendribbling* Bola





Gambar 3.4. Gambar Tes *Dribbling*  
(Sumber : Nurhasan, 2007: 212)

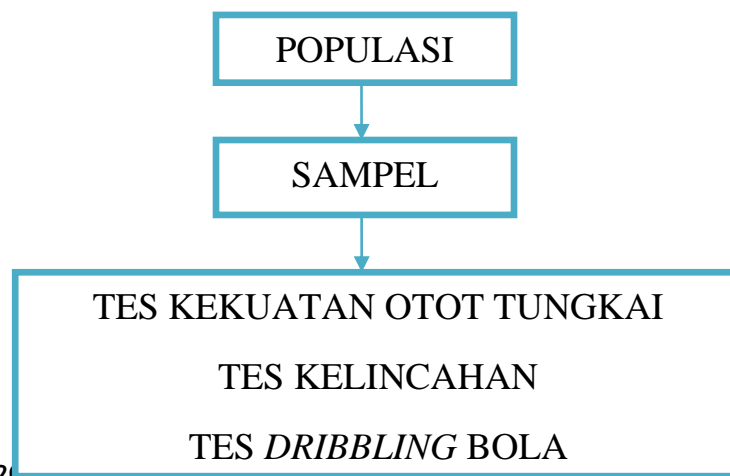
- a. Tujuan : Mengukur kemampuan *mendribbling* bola.
- b. Alat : Bola, *stopwatch*, pluit, kons, alat tulis.
- c. Persiapan : Subyek mencoba dengan bola melewati kons yang telah disediakan dan mengikuti jalur yang disediakan sekaligus menghafal jalur tersebut.
- d. Pelaksanaan : Pada aba-aba Ya, subyek langsung mulai *mendribbling* bola dengan melewati setiap kons. Apabila terjadi kesalahan dalam melewati jalur kons yang telah ditentukan maka tes diulang kembali hingga menempuh jalur yang benar.
- e. Skor : Tes dilakukan dua kali kesempatan dan diambil waktu yang terbaik.

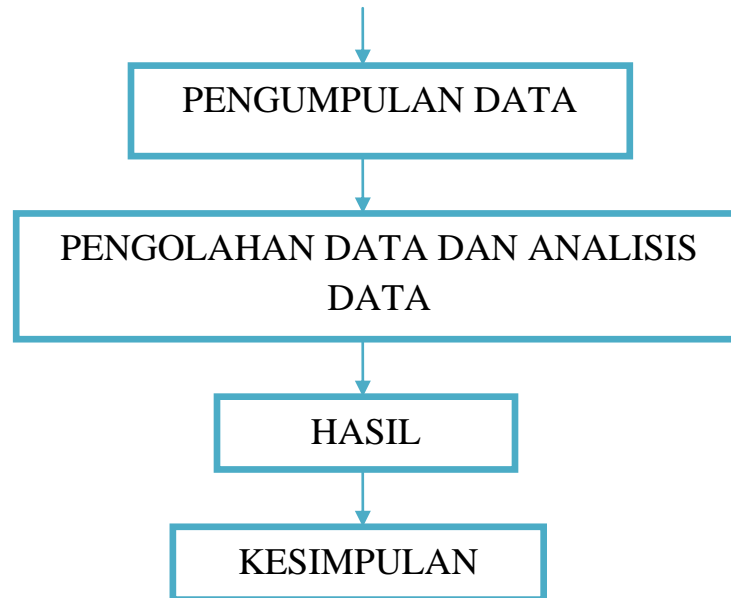
## F. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian merupakan suatu langkah yang ditempuh dalam melakukan penelitian, hal ini sangat diperlukan untuk mendapatkan hasil yang terbaik. Untuk itu gambaran mengenai prosedur penelitian sangat diperlukan untuk mempermudah dalam melakukan suatu penelitian. Adapun langkah-langkah yang akan ditempuh tersebut adalah sebagai berikut:

1. Langkah pertama adalah menentukan populasi, dalam hal ini adalah pemain PSBUM.
2. Kemudian menentukan sampel sejumlah 10 pemain.
3. Setelah itu menentukan instrument yang berupa tes yang sesuai dengan penelitian ini, yaitu tes kekuatan otot tungkai, kelincahan dan kemampuan *dribbling* bola dengan tes dilakukan 2 kali percobaan. Setiap 1 kali percobaan sampel diberi waktu istirahat sekitar 8 menit.
4. Selanjutnya adalah melakukan penelitian dan pengambilan data dengan menggunakan instrumen atau tes yang telah ditentukan.
5. Langkah terakhir yaitu melakukan pengolahan data, menganalisa dan menarik kesimpulan yang didasarkan pada hasil pengolahan dan analisis data.

Mengenai penjelasan prosedur penelitian diatas penulis mencoba untuk menuangkan dalam bentuk gambar dibawah ini:





Gambar 3.5. Prosedur Penelitian  
(Sumber : Peneliti)

### G. Teknik Pengumpulan Data

Sebelum melakukan penelitian melakukan observasi langsung ke lokasi penelitian yaitu pada pemain PSBUM yang mengikuti sekolah sepakbola. Dari observasi ini penulis dapat melihat permasalahan-permasalahan yang timbul, sehingga penulis melakukan penelitian di tempat ini. Pengumpulan data dilakukan dengan metode survei dengan teknik tes dan pengukurannya itu adalah tes kekuatan otot tungkai, kelincahan dan kemampuan *mendribbling* bola.

Dalam proses penelitian ini, selanjutnya penulis menggunakan metode *deskriptif* korelasi dengan pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan penghitungan program *SPSS (Statistical Product and Service Solution) versi 16.0 for windows* karena program ini memiliki kemampuan analisis statistik cukup tinggi serta

sistem manajemen data pada lingkungan grafis menggunakan menu-menu deskriptif dan kotak-kotak dialog sederhana, sehingga mudah dipahami cara pengoperasiannya.

## H. Teknik Pengolahan Data

Teknik pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan perhitungan program *SPSS (Statistical Product and Service Solution) versi 16.0 for windows* karena program ini memiliki kemampuan analisis statistik cukup tinggi serta sistem manajemen data pada lingkungan grafis menggunakan menu-menu deskriptif dan kotak-kotak dialog sederhana, sehingga mudah dipahami cara pengoperasiannya. Adapun langkah pengolahannya tersebut yaitu:

1. Deskriptif untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dan kelincahan dengan kemampuan *mendribbling* bola pada permainan sepakbola. Analisis ini menggunakan deskriptif statistik dengan sub menu *explorer*.
2. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui setiap variabel yang akan dianalisis atau data yang diperoleh berdistribusi normal. Penelitian ini menggunakan teknik analisis dengan menggunakan *Kolmogorov Smirnov Z* untuk mengetahui normalitas data. Kondisi data berdistribusi normal menjadi syarat untuk menguji hipotesis menggunakan statistik parametrik. Apabila data tidak berdistribusi normal maka disarankan pengolahan data menggunakan statistik non parametrik..
3. Dalam ujian normalitas data berdistribusi normal, sehingga statistik korelasi menggunakan uji *pearson Correlation*.
4. Uji regresi dengan bantuan *SPSS 16.0* dan *Microsoft excel* yang digunakan untuk mengetahui seberapa besar hubungan antar variabel.

## I. Analisis Data

Zuli Afrosin, 2014

*Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Mendribbling Bola Pada Permainan Sepakbola*

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

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan *Pearson Correlation* dengan *alpha level* 0,05. Analisis data penelitian ini dioperasikan dengan menggunakan *Statistical Product and Service Solution (SPSS) for Windows versi 16.0*.