

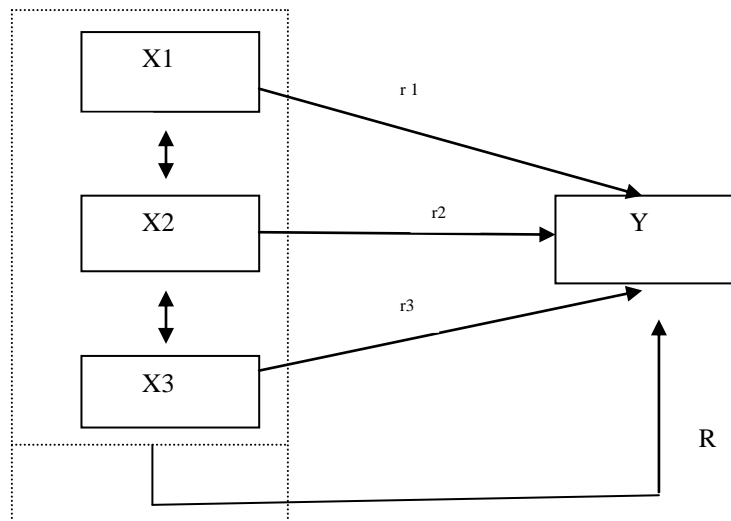
BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian mengenai hubungan antara power tungkai, keseimbangan badan dan koordinasi dengan hasil tendangan full-volley dalam olahraga sepak bola. Desain penelitian menggunakan *Deskriptif kuantitatif korelasional*.

Desain penelitian yang digunakan adalah sebagai berikut :



Gambar 3 1Paradigma ganda dengan tiga variable independen Sumber: Sugiono(2014:69)

Keterangan:

X_1 : power tungkai

X_2 : keseimbangan badan

X_3 :Koordinasi

Y : tendangan full-volley

r_1 : hubungan *power tungkai* dengan tendangan full-volley

r_2 : hubungan keseimbangan badan dengan tendangan full-volley

r_3 : hubungan koordinasi dengan tendangan full-volley

R : hubungan *power tungkai*, keseimbangan tubuh dan koordinasi terhadap tendangan *full volley*.

B. Partisipan

Dalam penelitian ini melibatkan siswa SSB Hyfa Junior Lembang. Adapun lokasi penelitian di Stadion Bentang. Dengan Usia rata-rata 11-19 tahun yang sedang mengikuti kompetisi Intern Askab Kab. Bandung barat.

C. Populasi dan Sampel

Populasi adalah subjek dari penelitian. Menurut Sugiyono (2014, hlm. 117) mendefinisikan populasi adalah wilayah generasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi dari penelitian ini adalah Siswa SSB Hyfa Junior Lembang yang berjumlah 100 orang .

Menurut Sugiono (2014, hlm. 118) menyatakan bahwa “ sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.”dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* karena menurut Sugiono (2014, hlm 124) menyatakan bahwa “*purposive sampling* ” adalah teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu .” Peneliti mengambil sampel siswa SSB Hyfa U-19 dalam olahraga sepakbola dan berjenis kelamin laki-laki yang berposisi sebagai gelandang dan striker berjumlah 20 orang.

D. Instrumen Penelitian

Untuk mengumpulkan data dari sampel penelitian diperlukan alat yang disebut instrumen. Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan dalam penelitian terutama berkaitan dengan proses pengumpulan data. Arikunto (2002, Hlm:126) menjelaskan, “Instrumen adalah alat pada waktu peneliti menggunakan sesuatu metode.” Selanjutnya Nurhasan (2000, Hlm:1) menjelaskan mengenai tes dan pengukuran yaitu: “Tes adalah suatu alat yang digunakan dalam memperoleh data dari suatu obyek yang akan diukur, sedangkan pengukuran merupakan suatu proses untuk memperoleh data.” Berkaitan dengan penelitian ini, maka instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes vertical jump untuk pengukuran power tungkai, tes keseimbangan untuk

mengukur keseimbangan badan saat bergerak ,test koordinasi wall soccer volley untuk ketepatan dan momentum menendang, dan untuk mengukur hasil tendangan full-volley menggunakan tes tendangan full-volley. Oleh karena tes tendangan full-volley dalam olahraga sepak bola belum ada yang baku, maka perlu dilakukan uji coba terlebih dahulu untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitasnya.

Adapun tata cara pelaksanaan tes standing broad jump, keseimbangan dan tendangan full-volley adalah sebagai berikut:

Mengenai pelaksanaan tes standing broad jump dapat dilihat pada gambar 3.3 di bawah ini.



Gambar 3 2 Teknik standing broad jump (Nurhasan, 2000:144).



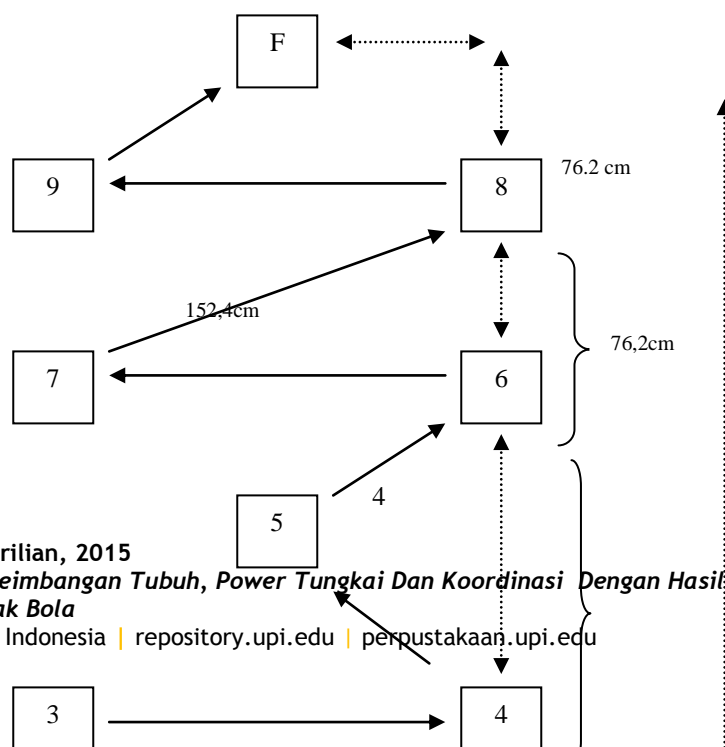
Gambar 3 3 Pelaksanaan Tes Standing Broad Jump (Nurhasan, 2000:144)

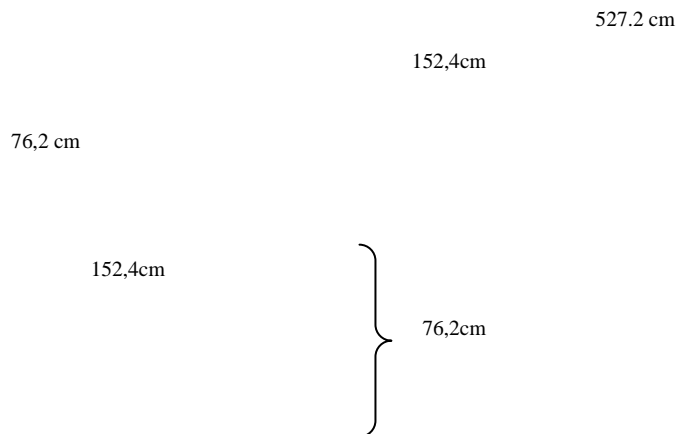
Tes Standing Broad Jump

- a. Tujuan: mengukur power otot tungkai (Nurhasan, 2000:144).

- b. Alat / Perlengkapan: dinding, papan meteran, bubuk magnesium
- c. Pelaksanaan: orang coba berdiri pada papan tolak dengan lutut ditekuk sampai membentuk sudut $\pm 45^\circ$ kedua lengan lurus ke belakang. Kemudian orang coba, menolak ke depan dengan kedua kaki sekuat-kuatnya dan mendarat dengan kedua kaki. Orang coba diberi kesempatan 3 (tiga) kali percobaan.
- d. Penyekoran: jarak lompatan terbaik yang diukur mulai dari dalam papan tolak sampai batas tumpuan kaki / badan yang terdekat dari papan tolak, dari 3 kali percobaan.

Mengenai pelaksanaan Tes keseimbangan badan dinamis (Dynamic Test of Positional Balance) dapat dilihat pada gambar 3.4 di bawah ini





Gambar 3 4 Tes Keseimbangan Badan Dinamis (Drs.H.Nurhasan, M.Pd)

Tes Keseimbangan Badan Dinamis (*Dynamic Test of Positional Balance*)

- a. Tujuan: mengukur keseimbangan badan pada saat bergerak. Adapun besar reliabilitasnya sebesar 0,76. (Drs.H.Nurhasan, M.Pd)
- b. Alat / Perlengkapan: stop watch, alur tes di lapangan, format isian.
- c. Pelaksanaan: Orang coba melakukan lompatan satu kaki (kanan/kiri) ke setiap pos selama 5 detik secara bergantian sesuai arah dan mengikuti alur lintasan, kaki tumpu harus berada pada suatu bidang tumpuan/pos dan tidak boleh keluar bidang atau kaki ayun menyentuh lapangan, mulai dari tanda start sampai tanda finish. Teste diberi 3 kali kesempatan percobaan
- d. Penyekoran: setiap pos berdiri dengan satu kaki dengan durasi 5 detik dengan nilai 10 points.

Test dinyatakan gagal bila :

1. Menginjak pos dengan 2 kaki ke tanah dikurangi 5 points
2. Tidak sampai menuju ke pos finish
3. Keluar bidang pos

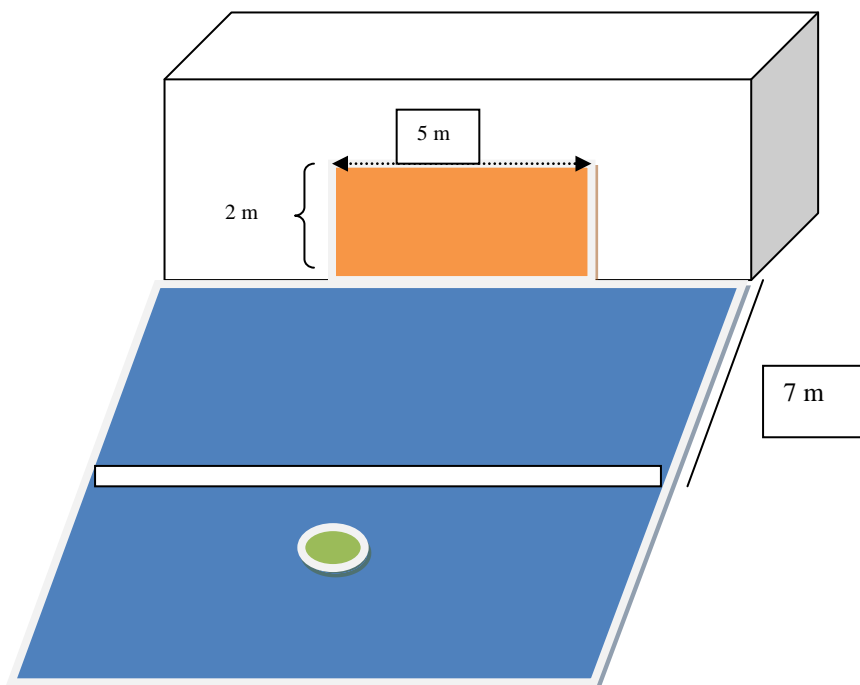
Tes Koordinasi wall soccer volley test

- a. Tujuan : Mengukur tingkat koordinasi seseorang (Awaludin Ramadiarsyah, 2013 (skripsi :Uji validitas dan Reabilitas test koordinasi untuk cabang olahraga futsal)
- b. Alat yang digunakan :Area test dan area target dengan dinding yang rata,bola,stopwatch,kapur,alat tulis,peluit,
- c. Pelaksanaan : Testee berdiri didepan dinding dengan jarak 7 meter menghadap target area,Tesste menendang menuju area target setelah berbunyi peluit,testee menendang ke arah target dan menahan kembali lalu menendang lagi dengan posisi kaki dibelakang garis batas yang ditentukan,Testee diberi 3 kali kesempatan dan berdurasi 20 detik,
- d. Penyeoran : Hitung jumlah tendangan yang mengenai sasaran dan kembali lagi melewati garis batas, apabila bola mengenai tangan dikurangi point 1.

Catatan : test dikurangi 1 points jika:

1. Bola ditahan tidak dibelakang garis batas
2. Bola ditendang tidak dibelakang garis batas
3. Bola ditendang keluar target area

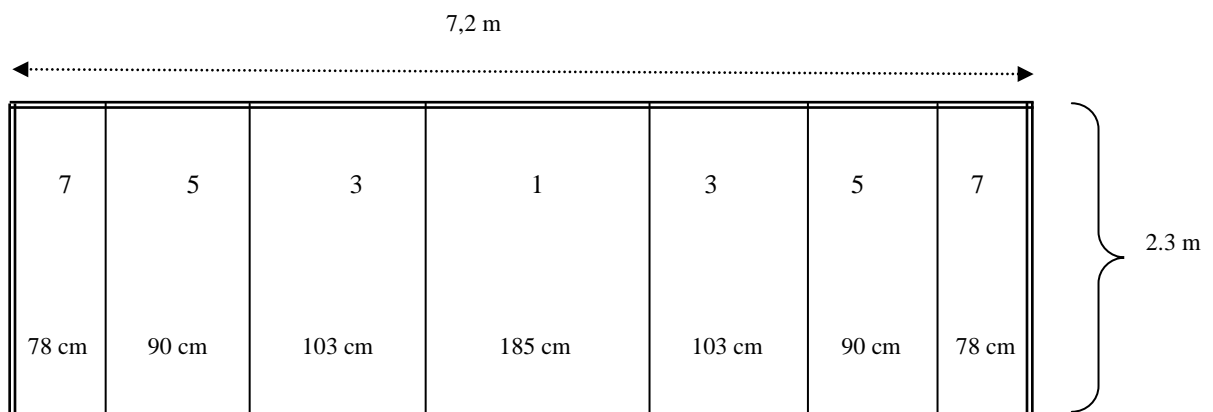
Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 3.5 di bawah ini:



Gambar 3 5

Area pelaksanaan test koordinasi wall soccer volley (Awaludin Ramadiarsyah, 2013)

Mengenai test tendangan full volley dapat dilihat pada gambar 3.6 sebagai berikut :

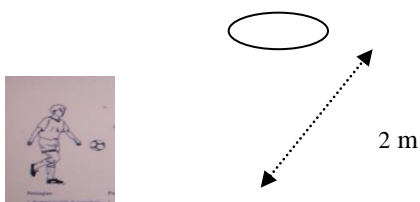


8

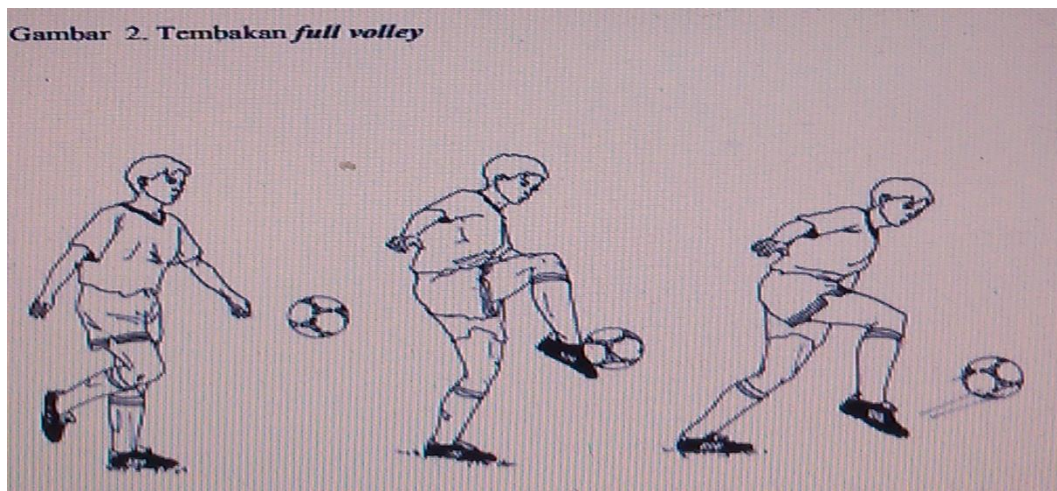
Nurfalah Samsudin Aprilian, 2015

Hubungan Antara Keseimbangan Tubuh, Power Tungkai Dan Koordinasi Dengan Hasil Tendangan Full Volley Dalam Olahraga Sepak Bola

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



Gambar 3 6 Diagram Lapangan Tes Tendangan Full-Volley Ke Sasaran (Nurhasan).



Gambar 3 7 Posisi pemain terhadap sasaran (luxbacher (2004:105)).

Tes Tendangan *Full-Volley* Ke sasaran

- a. Tujuan: mengukur keterampilan, ketepatan dan kecepatan gerak kaki dalam menyepak bola melalui tendangan full-volley ke sasaran (luxbacher). Adapun besar *reliabilitasnya* sebesar 0,27 .
- b. Alat / Perlengkapan: bola, pos, gawang, tali dan format isian.

c. Pelaksanaan:

Karena momentum dan tendangan *full volley* sering dilakukan dalam kotak penalti maka testee berdiri dalam posisi siap didepan gawang dalam area kotak 16 meter ,lalu tester menjatuhkan bola ke tanah setinggi 1,5 m sehingga bola memantul dari tanah setinggi 50 cm . kemudian bola ditendang oleh testee ke arah sasaran/gawang. Posisi menendang bebas sesuai keinginan testee . Testee diberi 3 (tiga) kali kesempatan

d. Penyekoran: jumlah skor yang ditempuh bola pada sasaran dalam tiga kali kesempatan. Bila bola hasil tendangan mengenai tali pemisah skor pada sasaran, maka diambil skor terbesar dari kedua sasaran tersebut.

Score paling tinggi dari target area paling sudut yaitu 7 dan score yang paling rendah dari target area tengah yaitu 1

Test dinyatakan gagal bila ; Tidak masuk ke sasaran

E. Hasil reliabilitas tes tendangan *full volley* ke sasaran

Untuk mengetahui reliabilitas instrumen yang digunakan maka penulis melakukan uji reliabilitas dengan menggunakan *scale reability*.

Tabel 3. 1 Hasil Uji Validitas

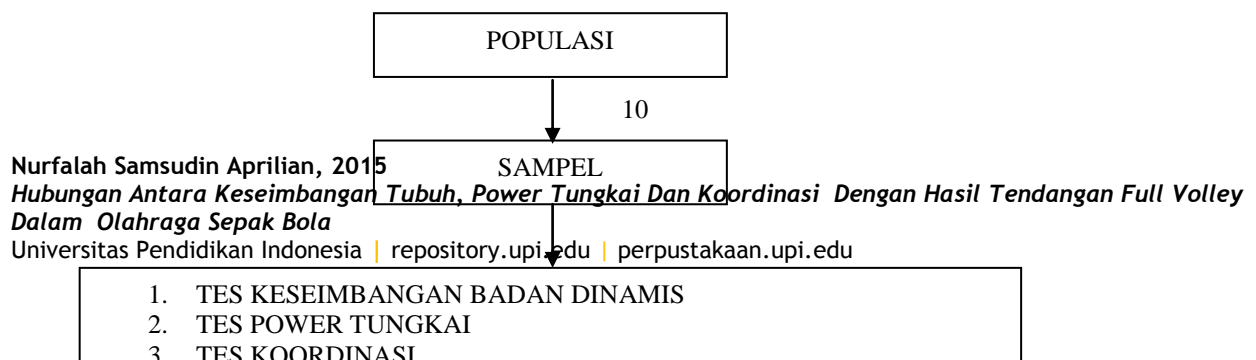
indicator	Corrected Item-Total Correlation		Keterangan
	Duration	Score	
Tes tendangan <i>full volley</i>	0.246	0.27	Data Reliabel

Menurut Rahayu (2011, hlm. 170) yang menyatakan bahwa :

Hasil instrument valid atau tidak valid digunakan patokan 0.2 dan dibandingkan dengan angka-angka yang ada pada kolom *Corrected Item-Total Correlation*. Bila angka korelasi yang terdapat pada kolom *Corrected Item-Total Correlation* berada dibawah 0.2 atau bertanda negative (-), maka dinyatakan tidak valid (gugur). Sebaliknya bila angka korelasi diatas 0.2 maka dinyatakan valid.

F. Prosedur penelitian

Adapun langkah-langkah penelitiannya penulis deskripsikan dalam bentuk Tabel 3.2.



Untuk mengetahui gambaran langkah kerja, peneliti akan menjelaskan mengenai prosedur penelitian. Dengan adanya prosedur penelitian maka akan mempermudah dan membantu peneliti untuk memulai tahapan-tahapan dari sebuah penelitian. Peneliti akan menjelaskan mengenai prosedur penelitian sebagai berikut :

1. Menentukan populasi yaitu Siswa SSB Hayfa U-19
2. Menentukan sampel yaitu Siswa SSB hayfa dengan jumlah 20 orang
3. Tes yang pertama dilakukan adalah tes *power tungkai* diatas papan tolak yang dibuat dengan sederhana.
4. Setelah melakukan *keseimbangan tubuh* kemudian sampel melakukan tes *keseimbangan tubuh dinamis test power tungkai*
5. Setelah sampel melakukan tes *power tungkai* kemudian sampel melakukan tes koordinasi dengan *wall soccer volley tes*.
6. Setelah sampel melakukan tes koordinasi dengan wall soccer volley ,maka kemudian sampel melakukan tes *full volley*.
7. Langkah terakhir yaitu melakukan pengolahan data, menganalisa,hipotesis dan mengambil keputusan dari hasil pengolahan dan analisis data.

G. Analisis data

Data yang diperoleh dari hasil pengukuran merupakan data mentah dan untuk mengetahui adanya hubungan keseimbangan tubuh, power tungkai dan koordinai terhadap tendangan full volley perlu melalui proses penghitungan secara statistik. Dalam penelitian kuantitatif, setelah data dari sampel langkah selanjutnya yang dilakukan adalah analisis data. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *SPSS* atau *Statistical Product and Service Solution* dan analisis datanya sebagai berikut:

1. Langkah awal ialah menguji apakah data yang telah didapat normal atau tidak menggunakan uji statistik *One Sample Kolmogorov Smirnov*. Jika data yang didapat normal, maka dapat dianalisis dengan statistik parametrik jika data tidak normal maka menggunakan statistik non prametrik.
2. Berdasarkan hasil uji normalitas, jika data yang diperoleh normal maka diolah menggunakan rumus korelasi ganda.
3. Setelah angka korelasi didapat, maka bagian kedua dari output SPSS adalah menguji apakah angka korelasi signifikan.
4. Perhitungan regresi, digunakan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi hubungan *keseimbangan tubuh, power tungkai, dan koordinasi* terhadap tendangan *full-volley*.
5. Selanjutnya menyimpulkan hasil penelitian dari semua data yang diolah menggunakan program SPSS