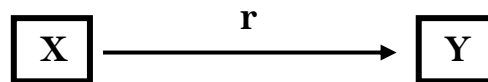


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif yang bertujuan mendeskripsikan apa-apa yang terjadi pada saat ini, dan juga untuk membuat gambaran secara sistematis, factual dan akurat mengenai fakta-fakta yang diteliti. Penelitian ini terdapat dua variabel, termasuk dalam kategori hubungan antara variabel X sebagai variabel bebas dan variabel Y sebagai variabel terikat. Desain penelitian yang digunakan disajikan pada gambar 3.1.



Gambar 3.1. Desain Penelitian

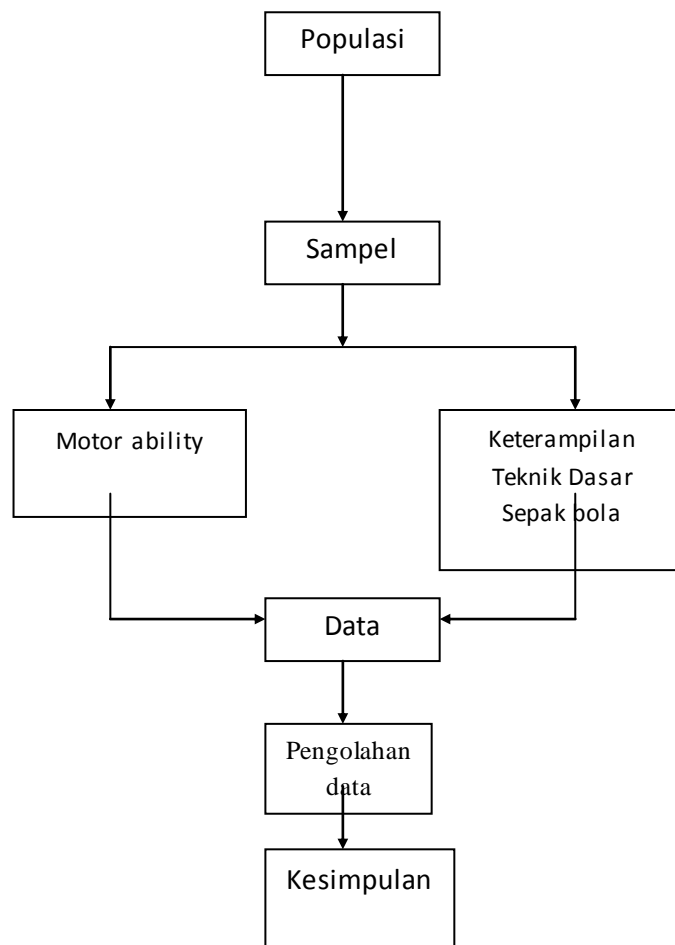
Keterangan:

X = *Motor ability*

Y = Keterampilan teknik dasar sepak bola

r = Hubungan

Adapun langkah-langkah penelitiannya penulis deskripsikan dalam bentuk Gambar 3.2 yang tertera pada halaman 18.



Gambar 3.2 Langkah-langkah Penelitian

B. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya, Sugiyono (2012, hlm. 297). Populasi pada penelitian ini berjumlah 15 orang, peneliti menggunakan seluruh siswa ssb Asli Sepakbola Anak Desa (ASAD) 313 Purwakarta.

b. Sampel

Sampel menurut Sugiyono (2012, hlm. 298) adalah nara sumber, atau partisipan dalam populasi tersebut, Teknik pengambilan sampel dalam penelitian

ini adalah dengan teknik sampling jenuh, dimana mengambil semua anggota populasi yang digunakan sebagai data.

C. Instrumen Penelitian

Dalam suatu penelitian diperlukan suatu alat untuk mengumpulkan data, seperti yang dikemukakan oleh Arikunto (2002, hlm. 136) sebagai berikut “instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis, sehingga mudah diolah”. Berdasarkan penjelasan diatas penulis menyimpulkan bahwa instrumen penelitian adalah suatu alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data agar mencapai hasil yang lebih baik.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah tes *barrow motor ability* dan tes keterampilan teknik dasar sepak bola serta observasi pada keterampilan teknik dasar sepak bola.

1. Tes *Motor ability* (kemampuan gerak) dengan menggunakan *Barrow Motor ability Tes* diambil dari buku tes dan pengukuran pendidikan olahraga yang ditulis oleh Nurhasan (2007, hlm. 130-134).

a. *Standing broad jump*

Tujuan : mengukur komponen otot tungkai

Alat/ fasilitas : pita ukur, bak pasir/matras, bendera juri

Pelaksanaan : Orang coba berdiri pada papan tolak dengan lutut ditekuk sampai membentuk sudut kurang lebih 45 derajat, kedua lengan lurus kebelakang. Kemudian orang coba menolak ke depan dengan kedua kaki sekuat-kuatnya dan mendarat dengan kedua kaki. Orang coba diberi kesempatan 3 kali percobaan.

Skor : Jarak lompatan terbaik yang diukur mulai dari dalam papan tolak sampai batas tumpuan kaki/badan yang dekat dengan papan tolak, dari 3 kali percobaan

b. *Soft ball Throw*

Tujuan : mengukur power otot lengan

Alat/fasilitas : Bola *soft ball*, pita ukur

Pelaksanaan : Subjek melemparkan bola soft ball sejauh mungkin dibelakan garis batas. Subjek diberi kesempatan melempar sebanyak 3 kali lemparan

Skor : Jarak lemparan yang terjauh dari keltiga kali kesempatan lemparan, dan dicatat mendekati feet.

c. *Zig zag-Run*

Tujuan : mengukur kelincahan gerak seseorang

Alat/fasilitas : tonggak, *stopwatch* dan diagram

Pelaksanaan : Subjek berdiri di belakang garis start, bila ada aba-aba ya, ia lari secepat mungkin mengikuti arah panah sesuai dengan diagram sampai batas finish, subjek diberi kesempatan 3 kali. Tes gagal apabila mengeserkan tonggak, tidak sesuai dengan diagram tes tersebut.

Skor : Catat waktu tempuh yang terbaik dari 3 kali percobaan, dan dicatat sampai 1/10 detik.

d. *Wall pass*

Tujuan : mengukur koordinasi mata dan tangan

Alat/fasilitas : bola basket dan *stopwatch* serta dinding tembok

Pelaksanaan : Subjek berdiri di belakang garis batas sambil memegang bola basket dengan kedua tangan didepan dada. Bila aba-aba ya, subjek dengan segera melakukan lempar-tangkap ke dinding, selama 15 detik.

e. *Medicine ball-put*

Tujuan : mengukur power otot lengan

Alat/fasilitas : bola *medicine*, pita ukuran, bendera juri (6 pound)

Pelaksanaan : Subjek berdiri di belakang garis batas sambil memegang bola di depan dada dengan badan condong kurang lebih 45 derajat. Kemudian bola didorong ke depan secepat dan sekuat mungkin sebanyak tiga kali lemparan.

f. Lari cepat 50 meter

Tujuan : mengukur kecepatan

Alat/fasilitas : *stopwatch*, lintasan yang berjarak 60 yard (50 meter)

Pelaksanaan : Subjek lari secepat mungkin, dengan menempuh jarak 60 yard = 50 m, dilakukan hanya satu kali kesempatan.

Skor : Waktu dari mulai aba-aba ya sampai subjek tersebut melewati finish. Waktu dicatat sampai 1/10 detik.

Tabel 3.1. Kriteria Penilaian Tes *Motor Ability*

Bentuk Tes	Jumlah	Skor
<i>Standing broad jump</i>	190-201	1
	202-211	2
	212-225	3
	226-237	4
<i>Soft ball Throw</i>	2500-2750	1
	2751-3000	2
	3001-3250	3
	3251-3500	4
<i>Zigzag-Run</i>	9,30-8,80	1
	8,70-8,20	2
	8,10-7,51	3
	7,50-7,00	4

<i>Wall pass</i>	8-10	1
	11-13	2
	14-16	3
	17-19	4
<i>Medicine ball-put</i>	320-360	1
	361-401	2
	402-442	3
	443-483	4
Lari cepat 50 meter	8,50-8,01	1
	8,00-7,51	2
	7,50-7,01	3
	7,00-651	4

2. Tes keterampilan Cabang Olahraga Sepak Bola

a. Tes sepak bola dan menghentikan bola (*Passing dan Stopping*)

Tujuan :

Mengukur keterampilan dan gerak kaki dalam menyepak dan menahan bola.

Alat yang digunakan :

- Bola 2 buah
- Papan ukuran 3m x 60 cm sebanyak 2 buah
- Kapur

Petunjuk Pelaksanaan :

- *Testee* berdiri di belakang garis tembak yang berjarak 4 meter dari sasaran/papan.
- Pada aba-aba “Ya” *testee* mulai menyepak bola ke papan dan menahannya kembali dengan posisi kaki di belakang garis. Dan

menyepak kembali bola berikutnya dengan arah berlawanan dengan sepakan pertama.

- Lakukan secara bergantian antara kaki kiri dan kaki kanan selama 30 detik.

Cara penilaian :Jumlah menyepak dan menahan bola yang sah, selama 30 detik. Hitungan 1, diperoleh dari satu kali kegiatan menendang bola.

b. Tes memainkan bola dengan kepala (*Heading*)

Tujuan :

Mengukur keterampilan gerak kepala serta keseimbangan anggota badan dalam memainkan bola.

Alat yang digunakan :

- Bola
- *Stopwatch*

Petunjuk Pelaksanaan :

- Pada aba-aba “bersedia”, testee berdiri bebas dengan bola berada dalam penguasaan tangannya.
- Pada aba-aba “ya”, testee melempar bola ke atas kepalannya dan kemudian memainkan bola tersebut dengan dahi.
- Lakukan kegiatan ini selama 30 detik.
- Apabila bola jatuh, maka testee mengambil bola itu dan memainkannya kembali di tempat bola tersebut diambil.

Cara penilaian :

Skor adalah jumlah bola yang dimainkan dengan dahi yang sah selam 30 detik.

c. Tes menggiring bola (*dribbling*)

Tujuan : mengukur keterampilan, kelincahan, dan kecepatan kaki dalam memainkan bola.

Alat yang digunakan :

- Bola

- Stopwatch
- 6 buah rintangan
- Kapur

Petunjuk pelaksanaan :

- Pada aba-aba “siap”, testee berdiri di belakang garis star dengan bola dalam penguasaan kakinya.
- Pada aba-aba “ya”, testee mulai menggiring bola ke arah rintangan pertama dan berikutnya sesuai dengan arah yang telah ditetapkan sampai melewati garis finish.
- Menggiring bola dilakukan oleh kaki kanan dan kiri bergantian, atau minimal salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan.

Cara penilaian :

Waktu yang ditempuh oleh testee dari aba-aba “ya” sampai ia melewati garis finish.

d. Tes menembak/ menendang bola ke sasaran (*shooting*)

Tujuan :

Mengukur keterampilan, ketepatan dan kecepatan gerak kaki dalam menyepak bola ke sasaran.

Alat yang digunakan :

- Bola
- Stopwatch
- Gawang
- Tali

Petunjuk Pelaksanaan :

- Testee berdiri di belakang bola yang diletakan pada sebuah titik berjarak 16 m di depan gawang.
- Tidak ada aba-aba dari testee
- Pada saat kaki testee mulai menendang bola, maka stopwatch dijalankan dan berhenti saat bola sampai ke sasaran.

- Testee diberi 3 kali kesempatan.

Cara penilaian :

- Jumlah skor dan waktu 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.

Tabel 3.2. Penilaian proses keterampilan teknik dasar sepakbola oleh pelatih

No	Bentuk tes	Keterampilan yang dinilai	Nilai			
1	<i>Passing&stopping</i>	I. <i>Passing</i>				
		a. Posisi tubuh saat melakukan <i>passing</i>	K	C	B	BS
		b. Posisi kaki tumpuan saat melakukan <i>passing</i>	K	C	B	BS
		c. Tarikan dan ayunan kaki tendang saat akan melakukan <i>passing</i>	K	C	B	BS
		d. Perkenaan bagian kaki terhadap bola saat melakukan <i>passing</i>	K	C	B	BS
		e. Pandangan pada saat melakukan <i>passing&stopping</i>	K	C	B	BS
		f. Posisi kedua lengan saat melakukan <i>passing</i>	K	C	B	BS
		g. Gerak lanjut (<i>follow through</i>) saat melakukan <i>passing</i>	K	C	B	BS
		II. <i>Stopping</i>	Nilai			
		a. Posisi tubuh saat melakukan	K	C	B	BS

		<i>stopping</i>				
		b. Posisi kaki tumpuan saat melakukan <i>stopping</i>	K	C	B	BS
		c. Posisi kaki yang melakukan <i>stopping</i>	K	C	B	BS
		d. Perkenaan bola pada kaki yang melakukan <i>stopping</i>	K	C	B	BS
		e. Pandangan saat melakukan <i>stopping</i>	K	C	B	BS
		f. Posisi kedua lengan untuk keseimbangan pada saat melakukan <i>stopping</i>	K	C	B	BS
2	<i>Heading</i>	a. Posisi tubuh saat melakukan <i>heading</i>	K	C	B	BS
		b. Posisi kaki dan lutut saat melakukan <i>heading</i>	K	C	B	BS
		c. Lentingan tubuh saat akan melakukan <i>heading</i>	K	C	B	BS
		d. Perkenaan terhadap bola saat melakukan <i>heading</i>	K	C	B	BS
		e. Dorongan tubuh pada saat melakukan <i>heading</i>	K	C	B	BS
		f. Pantulan bola yang dihasilkan saat melakukan <i>heading</i>	K	C	B	BS
		g. Pandangan saat menerima bola <i>heading</i>	K	C	B	BS
		h. Posisi kedua lengan untuk keseimbangan saat melakukan	K	C	B	BS

		<i>heading</i>				
3	<i>Dribbling</i>	a. Posisi tubuh saat melakukan <i>dribbling</i> (sedikit condong ke depan)	K	C	B	BS
		b. Perkenaan kaki dengan bola saat melakukan <i>dribbling</i>	K	C	B	BS
		c. Jarak bola dengan kaki saat melakukan <i>dribbling</i>	K	C	B	BS
		d. Pandangan saat melakukan <i>dribbling</i>	K	C	B	BS
		e. Kontinuitas <i>dribbling</i> saat melakukan perubahan arah <i>dribbling</i>	K	C	B	BS
		f. Posisi kedua lengan untuk keseimbangan saat melakukan <i>dribbling</i>	K	C	B	BS
4	<i>Shooting</i>	a. Sudut yang diambil terhadap bola sebelum melakukan <i>shooting</i>	K	C	B	BS
		b. Posisi tubuh saat melakukan <i>shooting</i> (condong menunduk ke depan)	K	C	B	BS
		c. Tumpuan kaki dengan bola saat melakukan <i>shooting</i> (posisi dan jarak tumpuan)	K	C	B	BS
		d. Tarikan dan ayunan kaki tendang saat melakukan <i>shooting</i>	K	C	B	BS
		e. Perkenaan bagian kaki dengan bola saat melakukan <i>shooting</i> (kura-	K	C	B	BS

		kura/punggung kaki)				
		f. Pandangan saat melakukan <i>shooting</i>	K	C	B	BS
		g. Posisi kedua lengan untuk keseimbangan saat melakukan <i>shooting</i>	K	C	B	BS
		h. <i>Follow through</i> pada saat melakukan <i>shooting</i>	K	C	B	BS

Tabel 3.3.1. Kriteria Penilaian Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola

<i>Passing & Stopping</i>		<i>Heading</i>		<i>Dribbling</i>		<i>Shooting</i>	
Jumlah	Skor	Jumlah	Skor	Jumlah	Skor	Jumlah	Skor
8-9	1	15-18	1	22-21	1	1-5	1
10-11	2	19-22	2	20-19	2	6-10	2
12-13	3	23-26	3	18-17	3	11-15	3
14-15	4	27-30	4	16-15	4	16-20	4

Keterangan:

K = kurang

B = baik

C = cukup

BS = baik sekali

Keterangan nilai:

Kurang = 1

Baik = 3

Cukup = 2

Baik sekali = 4

3. Penilaian Acuan Norma (PAN)

Penilaian Acuan Norma (PAN) adalah penilaian yang menggunakan acuan pada rata-rata kelompok. Adapun kriterianya di deskripsikan ke dalam bentuk tabel pada halaman 29.

Tabel 3.3.2. kriteria penilaian (persentase) proses keterampilan teknik dasar sepakbola dan motor ability dengan Penilaian Acuan Norma (PAN)

<i>Passing dan Stopping</i>	
Taraf penguasaan	80% - 90%
Kualifikasi	Memuaskan
Taraf penguasaan	71% - 80%
Kualifikasi	Baik
Taraf penguasaan	61% - 70%
Kualifikasi	Cukup
Taraf penguasaan	< 60%
Kualifikasi	Kurang

<i>Heading</i>	
Taraf penguasaan	61% - 70%
Kualifikasi	Memuaskan
Taraf penguasaan	51% - 60 %
Kualifikasi	Baik
Taraf penguasaan	41% - 50%
Kualifikasi	Cukup
Taraf penguasaan	< 40%
kualifikasi	Kurang

<i>Dribbling</i>

Taraf penguasaan	71% - 80%
Kualifikasi	Memuaskan
Taraf penguasaan	61% - 70 %
Kualifikasi	Baik
Taraf penguasaan	51% - 60%
Kualifikasi	Cukup
Taraf penguasaan	< 50%
Kualifikasi	Kurang

<i>Shooting</i>	
Taraf penguasaan	71% - 80%
Kualifikasi	Memuaskan
Taraf penguasaan	61% - 70 %
Kualifikasi	Baik
Taraf penguasaan	51% - 60%
Kualifikasi	Cukup
Taraf penguasaan	< 50%
Kualifikasi	Kurang

<i>Motor Ability</i>	
Taraf penguasaan	61% - 70%
Kualifikasi	Memuaskan
Taraf penguasaan	51% - 60 %
Kualifikasi	Baik
Taraf penguasaan	41% - 50%
Kualifikasi	Cukup
Taraf penguasaan	< 40%

kualifikasi	Kurang
-------------	--------

4. Observasi

Sutrisno hadi (dlm. Sugiyono:2012) mengemukakan bahwa, “observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua diantara terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan”.

Dari segi instrumentasi, maka observasi yang digunakan adalah observasi terstruktur. Sugiyono (2012:205) menyatakan bahwa..“observasi terstruktur adalah observasi yang telah dirancang secara sistematis, tentang apa yang akan diamati,kapan dan dimana tempatnya”.

D. Prosedur Pengambilan Data

Langkah-langkah yang dilakukan dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga tahapan, yaitu:

- Tahap persiapan

Kegiatan yang dilakukan meliputi:

- a. Menentukan waktu pelaksanaan pengambilan data penelitian. Pengambilan data penelitiandiaksanakan pada bulan desember.
- b. Survey ke lokasi terlebih dahulu sebelum melaksanakan pengambilan data penelitian. Pengambilan data penelitian dilaksanakan di lapangan sekolah sepakbola ASAD 313 Purwakarta Jl. Purnawarman timur No. 1 Kabupaten Purwakarta.
- c. Menyiapkan alat dan bahan yang diperlukan selama pelaksanaan pengambilan data penelitian. Berikut alat yang disiapkan dalam pengambilan data penelitian:

1. Tes *Motor ability (Barrow)*: pita/tali rafia, matras, bola *softball*, bola basket, bola medicine, kerucut (*cones*), stopwatch, meteran dan alat tulis.
2. Tes Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola: bola sepak, bangku swedia/papan pantul, kapur, stopwatch, peluit, kerucut, tali rafia, gawang, meteran dan alat tulis.

d. Menyiapkan tester .

1. *Tester* sebanyak 3 orang.
2. Satu item tes dipegang oleh ketiga *tester*.

Berikut merupakan tugas *tester* dalam pelaksanaan pengambilan data penelitian (*Barrow Motor ability Tes*).

- Tes *Standing Broad Jump*.

Tester 1: memberikan aba-aba.

Tester 2: memperhatikan gerakan dan mengukur hasil lompatan *testee*.

Tester 3: mencatat hasil lompatan *testee*.

- *Soft Ball Throw*

Tester 1: memberikan aba-aba dan menyatakan sah atau tidaknya lemparan *testee*.

Tester 2: mengukur jarak lemparan *testee*.

Tester 3: mencatat hasil lemparan *testee*.

- *Zig zag run*

Tester 1: memberikan aba-aba start.

Tester 2: menghitung waktu dari aba-aba start hingga *testee* finish dengan stopwatch.

Tester 3: mencatat hasil zig zag run *testee*.

- *Wall pass*

Tester 1: memberikan aba-aba mulai dan berhenti serta menghitung waktu dengan menggunakan stopwatch.

Tester 2: memperhatikan sah tidaknya pantulan bola dan memegang bola cadangan.

Tester 3: mencatat hasil pantulan yang diperoleh *testee*.

- *Medicine Ball put*

Tester 1: memberikan aba-aba dan memperhatikan sah tidaknya gerakan.

Tester 2: mengukur hasil lemparan *testee*.

Tester 3: mencatat hasil lemparan yang diperoleh *testee*.

- Lari Cepat 50 meter

Tester 1: memberikan aba-aba start.

Tester 2: memperhatikan aba-aba start dan menghitung waktu tempuh dengan stopwatch di garis finish.

Tester 3: mencatat hasil waktu yang diperoleh *testee*.

Berikut merupakan tugas tester pada pelaksanaan pengambilan data penelitian (Tes Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola).

- *Passing dan Stopping*

Tester 1: memberikan aba-aba mulai dan berhenti yang dihitung dengan stopwatch.

Tester 2: menghitung *passing* yang sah dilakukan *testee* dan menyiapkan bola cadangan.

Tester 3: mencatat hasil *passing* dan *Stopping* yang diperoleh *testee*.

- *Heading*

Tester 1: member aba-aba mulai dan berhenti yang dihitung dengan stopwatch.

Tester 2: menghitung *heading* yang sah dilakukan *testee* dan menyiapkan bola cadangan.

Tester 3: mencatat hasil tes *heading* yang diperoleh *testee*.

- *Dribbling*

Tester 1: memberi aba-aba start.

Tester 2: memperhatikan sah tidaknya *dribbling* yang dilakukan *testee* dan menghitung waktu tempuh *testee* yang dihitung dengan stopwatch.

Tester 3: mencatat hasil tes *dribbling* yang diperoleh *testee*.

- *Shooting*

Tester 1: mengukur waktu tempuh bola saat ditendang menuju sasaran yang dihitung dengan stopwatch.

Tester 2: memperhatikan sasaran yang diperoleh *testee*.

Tester 3: mencatat jumlah nilai shooting yang diperoleh *testee* dari 3 kali kesempatan.

e. Sosialisasi kepada pihak ssb yaitu pengurus, staf pelatih dan siswa yang akan melaksanakan tes pengambilan data penelitian.

- Tahap pelaksanaan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap pelaksanaan meliputi:

- Menyiapkan dan memposisikan alat yang akan digunakan dalam pengambilan data penelitian.
- Memulai pengambilan data penelitian dengan doa dan pengarahan dilanjutkan dengan peregangan dan pemanasan bagi *testee*.
- Memposisikan *testee* untuk melaksanakan *Barrow Motor ability* Tes dan Tes Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola.
- Pelaksanaan *Barrow Motor ability* Tes

Kegiatan tes dapat ditunjukkan pada tabel 3.4

Tabel 3.4. *Barrow Motor ability* Tes

<i>Barrow Motor ability</i> Tes			
No	Bentuk Tes	Pelaksanaan dan aturan	Kriteria penskoran
1	Tes <i>standing broad jump</i>	<i>Testee</i> berdiri pada papan tolak dengan lutut ditekuk sampai membentuk sudut. Kemudian	jarak lompatandiukur mulai dari papan

		<p>testee melompat ke depan dengan kedua kaki. <i>testee</i> dikatakan lulus tes apabila kaki pada saat menolak berapa dibelakang atau tepat diatas papan tolak. <i>Testee</i> diberi 3 kali kesempatan.</p>	<p>tolak dengan bagian belakang tapak kaki. Diambil skor terbaik dari 3 kali kesempatan. Apabila dari tiga kali kesempatan tersebut semuanya gagal, nilai <i>testee</i> tersebut 0.</p>
2	<i>Soft Ball Throw</i>	<p><i>Testee</i> melemparkan bola softball sejauh mungkin di belakang garis batas. <i>testee</i> diberi kesempatan melempar sebanyak 3 kali. <i>Testee</i> dikatakan lulus tes apabila saat melempar kaki tidak melebihi batas yang ditentukan.</p>	<p>jarak lemparan dihitung dari garis batas sampai ke titik bola jatuh. Dari 3 kali kesempatan jarak terbaik yang diambil. Apabila dari tiga kesempatan tersebut <i>testee</i> gagal maka nilai <i>testee</i> tersebut 0.</p>
3	<i>Zig zag run</i>	<p><i>Testee</i> berdiri di belakang garis start, saat aba-aba “ya” <i>testee</i> lari secepat mungkin mengikuti arah yang sudah ditentukan. <i>testee</i> diberi kesempatan sebanyak 2 kali. Dinyatakan gagal apabila <i>testee</i> menabrak kerucut, berlari tidak sesuai</p>	<p>catat waktu tempuh yang terbaik dari 2 kali kesempatan. Apabila dari 2 kali kesempatan tersebut <i>testee</i> selalu gagal maka nilai <i>testee</i> tersebut 0.</p>

		dengan arah yang ditentukan.	
4	<i>Wall pass</i>	<i>testee</i> berdiri dibelakang garis batas dengan siap memegang bola basket dengan kedua tangan didepan dada. Saat aba-aba “ya” <i>testee</i> dengan segera melakukan lempar-tangkap bola kedinding selama 15 detik. Pantulan dianggap sah dan dihitung apabila kaki <i>testee</i> tidak melewati batas garis dan bola memantul kedinding berada di atas garis batas.	banyaknya frekuensi lempar tangkap yang diperoleh secara sah mengikuti aturan dalam waktu 15 detik.
5	<i>Medicine ball put</i>	<i>testee</i> berdiri dibelakang garis batas sambil memegang bola didepan dada dengan tegap. Kemudian bola didorong dengan sekuat mungkin. Dan <i>testee</i> diberi 3 kali kesempatan. <i>Testee</i> dinyatakan lulus apabila kaki tidak melewati batas garis dan lemparan bola sesuai dengan aturan yaitu didepan dada.	jarak terjauh dari batas garis sampai jatuhnya bola. Diambil yang terbaik dari 3 kali kesempatan. Apabila <i>testee</i> gagal melakukan tes dalam 3 kali kesempatan maka nilai <i>testee</i> 0.
6	Lari cepat 50 meter	<i>testee</i> lari secepat mungkin dengan jarak 50 meter, siswa hanya diberi satu kali kesempatan. Dinyatakan lulus apabila <i>testee</i> mencapai garis finis.	Nilai diambil dari satu kali kesempatan. Apabila dari satu kali kesempatan tersebut <i>testee</i> gagal maka nilai <i>testee</i> 0.

e. Pelaksanaan Tes Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola

Kegiatan tes dapat ditunjukkan pada tabel 3.5.

Tabel 3.5. Tes keterampilan sepakbola

Tes keterampilan sepakbola			
No	Bentuk tes	Pelaksanaan	Cara penilaian
1	Tes sepak bola (<i>Passing dan Stopping</i>)	<ul style="list-style-type: none"> • Testee berdiri di belakang garis tembak yang berjarak 4 meter dari sasaran/papan • Pada aba-aba “Ya” testee mulai menyepak bola ke papan dan menahannya kembali dengan posisi kaki di belakang garis. Dan menyepak kembali bola berikutnya dengan arah berlawanan dengan sepakan pertama. • Lakukan dengan kaki terkuat testee. Diperbolehkan juga dilakukan dengan kaki bergantian kiri dan kanan. • <i>Passing</i> testee dihitung apabila testee melakukan <i>passing</i> dan <i>stopping</i> dibelakang garis batas. 	Jumlah menyepak dan menahan bola yang sah, selama 30 detik. Hitungan 1, diperoleh dari satu kali kegiatan menendang bola.
2	Tes memainkan bola dengan kepala	<ul style="list-style-type: none"> • ada aba-aba “bersedia”, testee berdiri bebas dengan bola berada dalam penguasaan tangannya • .ada aba-aba “ya”, testee 	Skor adalah jumlah bola yang dimainkan dengan dahi yang sah

	(<i>Heading</i>)	<p>melempar bola ke atas kepalannya dan kemudian memainkan bola tersebut dengan dahi.</p> <ul style="list-style-type: none"> • lakukan kegiatan ini selama 30 detik. • Apabila bola jatuh, maka testee mengambil bola itu dan memainkannya kembali di tempat bola tersebut diambil dan hitungan dilanjutkan. • <i>Heading</i> dikatakan sah apabila dilakukan dengan dahi dan testee tidak berpindah-pindah tempat pada saat <i>heading</i>. 	selama 30 detik.
3	Tes menggiring bola (<i>dribbling</i>)	<ul style="list-style-type: none"> • Pada aba-aba “siap”, testee berdiri di belakang garis star dengan bola dalam penguasaan kakinya. • Pada aba-aba “ya”, testee mulai menggiring bola ke arah rintangan pertama dan berikutnya sesuai dengan arah yang telah ditetapkan sampai melewati garis finish. • Menggiring bola dilakukan oleh kaki kanan dan kiri bergantian, atau minimal salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan. • Testee dinyatakan gagal apabila 	Waktu yang ditempuh oleh testee dari aba-aba “ya” sampai ia melewati garis finish. Apabila testee gagal maka nilai testee 0.

		<p>hanya melakukan dengan satu bagian kaki saja, kaki yang lain tidak pernah menyentuh sekali pun.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dan testee dinyatakan gagal apabila menggunakan tangan pada saat mengambil bola saat bola keluar area tes. 	
4	tes menembak/ menendang bola ke sasaran (<i>shooting</i>)	<ul style="list-style-type: none"> • Testee berdiri di belakang bola yang diletakan pada sebuah titik berjarak 16 m di depan gawang. • Tidak ada aba-aba dari testee • Pada saat kaki testee mulai menendang bola, maka stopwatch dijalankan dan berhenti saat bola sampai ke sasaran. • Testee diberi 3 kali kesempatan. • Testee dinyatakan gagal apabila tendangan tersebut dilakukan dengan cara <i>passing</i> dan waktu tempuh bola ke sasaran berada di atas 2 detik. 	<ul style="list-style-type: none"> • Jumlah skor dan waktu 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. Skor dijumlahkan dari tiga kali kesempatan tersebut.

- f. Cooling down, pengarahan dan ucapan terima kasih kepada pihak SSB ASAD. Dilanjutkan dengan doa penutup.

2. Tahap akhir

- a. Mengolah data hasil tes Barrow *Motor ability* dan Tes Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola.
- b. Menganalisis hubungan antara *Motor ability* siswa dengan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Siswa SSB ASAD 313 Purwakarta.
- c. Membuat kesimpulan dan saran berdasarkan yang diperoleh dari pengolahan data.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data disajikan dalam bentuk matrik antara teknik pengumpulan data, sumber data, jenis data dan instrumen pada Tabel 3.6.

Tabel 3.6. Teknik Pengumpulan Data

Teknik Pengumpulan	Sumber Data	Jenis Data	Instrumen
Observasi selama tes berlangsung	Aktivitas siswa	Skor <i>Motor ability</i>	Tes Barrow <i>Motor ability</i>
		Skor keterampilan teknik dasar sepakbola	Tes Keterampilan teknik dasar sepakbola

F. Analisis Data

Data yang diperoleh dari hasil tes kemampuan gerak (*motor ability*) dan tes keterampilan teknik dasar sepakbola selanjutnya diolah dan dianalisis secara cermat mungkin dengan menggunakan rumus koefisien korelasi sederhana

(rumus ini disebut juga dengan pearson product moment) adalah sebagai berikut :

$$r = \frac{n\sum X_i Y_i - (\sum X_i)(\sum Y_i)}{\sqrt{(n\sum X_i^2 - (\sum X_i)^2)(n\sum Y_i^2 - (\sum Y_i)^2)}}$$

Dimana :

n = jumlah siswa

X = motor ability

Y = keterampilan teknik dasar sepakbola