

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penggunaan metode dalam pelaksanaan penelitian merupakan hal yang sangat penting, sebab dengan menggunakan metode penelitian yang tepat diharapkan dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Disamping itu, penggunaan metode tergantung kepada permasalahan yang akan dibahas, dengan kata lain penggunaan suatu metode dilihat dari efektifitasnya, efesiensinya dan relevansinya metode tersebut. Suatu metode dikatakan efektif apabila selama pelaksanaan dapat terlihat adanya perubahan positif menuju tujuan yang diharapkan, Sedangkan metode dikatakan efisien apabila penggunaan waktu, fasilitas, biaya dan tenaga dapat dilaksanakan sehemat mungkin namun dapat mencapai hasil yang diharapkan. Metode dapat dikatakan relevan apabila waktu penggunaan hasil pengolahan dengan tujuan yang hendak dicapai tidak terjadi penyimpangan.

Menurut Sugiyono (2013, hlm. 107), berdasarkan tingkat kealamiahn tempat penelitian metode penelitian dapat dibedakan menjadi 3 metode yang diantaranya “metode penelitian eksperimen, metode penelitian survey dan metode penelitian naturalistik.”

Menurut Sugiyono (2013, hlm. 13), bahwa metode penelitian eksperimen merupakan “metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh *treatment* (perlakuan) tertentu.” Oleh sebab itu metode penelitian eksperimen merupakan suatu penelitian yang menjawab pertanyaan jika kita melakukan sesuatu pada kondisi yang dikontrol maka apakah yang akan terjadi?. Untuk mengetahui apakah ada perubahan atau tidak pada suatu keadaan yang di control maka kita memerlukan perlakuan (*treatment*) pada kondisi tersebut dan hal inilah yang dilakukan pada penelitian eksperimen.

Selain itu, menurut Danim (2002), dalam <http://navelmangelep.wordpress.com/2012/02/27/metode-penelitian-eksperimen/> menjelaskan “dalam penelitian eksperimen terdapat tiga unsur penting yang harus diperhatikan dalam melakukan penelitian ini, yaitu kontrol, manipulasi, dan pengamatan.”

Kontrol disini adalah variabel kontrol yang akan menjadi standar dalam melihat apakah ada perubahan, maupun perbedaan yang terjadi akibat perbedaan perlakuan yang diberikan. Sedangkan manipulasi disini adalah perlakuan yang sengaja dilakukan dalam penelitian eksperimen. Dalam penelitian ini, yang dimanipulasi adalah variabel independent dengan melibatkan kelompok-kelompok perlakuan yang kondisinya berbeda. Setelah peneliti menerapkan perlakuan eksperimen, ia harus mengamati untuk menentukan apakah hipotesis perubahan telah terjadi (Observasi).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa metode penelitian eksperimen merupakan kegiatan yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari “sesuatu” yang dikenakan pada subjek peneliti serta untuk menguji hipotesis sehingga mendapat hasil yang berguna dari persoalan yang dibahas. Dalam penelitian ini penulis menggunakan penelitian eksperimen.

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Dalam melakukan sebuah penelitian, seorang peneliti harus menentukan terlebih dahulu populasi yang akan dijadikan sebagai sumber data untuk keperluan penelitiannya, populasi tersebut dapat berbentuk manusia, benda-benda alam, nilai-nilai dokumen dan peristiwa yang dapat dijadikan objek penelitian.

Sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2013, hlm. 117), populasi adalah “wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek dan subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.” Sesuai

dengan pendapat diatas populasi yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah siswa di SMK Negeri 1 Kota Bandung dengan jumlah 30 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel merupakan sebagian atau bertindak sebagai perwakilan dari populasi sehingga hasil penelitian yang berhasil diperoleh dari sampel dapat digeneralisasikan pada populasi. Sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2013, hlm. 118), sampel adalah “bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.” Jadi sampel merupakan perwakilan atau bagian dari jumlah kelompok dengan karakteristik tertentu yang dimiliki oleh populasi. Sampel yang baik, kesimpulannya dapat dikenakan kepada populasi (representatif).

Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan oleh peneliti yaitu *teknik simple random sampling*. Menurut Sugiyono (2013, hlm. 124), *simple random sampling* adalah “pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu.” Hal ini dilakukan karena populasi dalam penelitian ini dianggap homogen, sehingga peneliti mengambil beberapa dari populasi untuk dijadikan sampel.

Penggunaan sampel dalam penelitian ini yaitu siswa yang mengikuti pembelajaran penjas di SMKN 1 Kota Bandung dengan jumlah 30 orang, yang dibagi kedalam 2 kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Setelah melakukan *pretest* cara menentukan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yaitu siswa mengambil undian yang berada dalam kotak yaitu undian dengan kertas berwarna merah untuk kelompok eksperimen dan kertas berwarna biru untuk kelompok kontrol, 15 orang kelompok eksperimen dan 15 orang kelompok kontrol.

Tabel 3.1
Daftar nama sampel kelompok eksperimen dan kontrol

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
No	Nama	Asal Kelas	No	Nama	Asal Kelas
1	Ajeng R	XII AK 1	16	Mega A	XII AP 1
2	Anggi F	XII AP 2	17	Melly A	XII PS 2
3	Annisa N	XII AP 3	18	Nadya I	XII PS 3
4	Astri Y	XII UP 2	19	Nia K	XII AK 4
5	Candra C	XII PS 3	20	Novia	XII AK 1
6	Chintia S	XII AK 2	21	Nur Fitriana	XII AK 1
7	Dea A	XII AK 3	22	Pipih	XII AP 3
8	Destry I	XII PS 1	23	Renny	XII UP 2
9	Devy K	XII PS 2	24	Santika	XII PS 3
10	Fakhiriyah R	XII AK 1	25	Selly	XII AK 1
11	Firyal A	XII UP 1	26	Shindy	XII UP 1
12	Fitria A	XII AK 2	27	Siti A	XII AK 3
13	Itsnaina LR	XII AP 3	28	Sonia	XII AP 1
14	Kartiana D	XII AP 2	29	Tri G	XII AP 3
15	Kennisa D	XII AK 4	30	Vina	XII PS 1

C. Desain Penelitian

Desain penelitian adalah kerangka kerja yang digunakan untuk melaksanakan penelitian. Pola desain penelitian dalam setiap disiplin ilmu memiliki kekhasan masing-masing, namun prinsip-prinsip umumnya memiliki banyak kesamaan. Desain penelitian memberikan gambaran tentang prosedur untuk mendapatkan informasi atau data yang diperlukan untuk menjawab seluruh pertanyaan penelitian.

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode *eksperimen*, dimana terdapat kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Penggunaan metode ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas

terhadap variabel terikat setelah diberikan *treatment* (perlakuan). Kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberi tes awal, setelah peneliti mengetahui hasil dari tes awal tersebut, pada kelompok eksperimen diberikan *treatment* (perlakuan) dengan menggunakan permainan *soccer like games* sedangkan pada kelompok kontrol diberikan *treatment* (perlakuan) metode konvensional. Setelah pemberian *treatment* selesai, kedua kelompok tersebut diberi tes akhir dengan tujuan untuk mengetahui apakah *treatment* tersebut memberikan pengaruh pada peningkatan keterampilan bermain dalam pembelajaran sepakbola. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-test post-test control group design*.

Sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2013, hlm. 113), bahwa *pre-test post-test control group design* yaitu “terdapat dua kelompok yang dipilih secara random, kemudian diberi pretest untuk mengetahui keadaan awal adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.” Pengaruh perlakuan adalah sebagai berikut:

Tabel. 3.2
Pengaruh Perlakuan

$$(O_2 - O_1) - (O_4 - O_3)$$

Keterangan :

- O₁ adalah pretest yang diberikan kepada kelompok eksperimen
- O₂ adalah post test yang diberikan kepada kelompok eksperimen
- O₃ adalah pretest yang diberikan kepada kelompok kontrol
- O₄ adalah post test yang diberikan kepada kelompok kontrol

Tabel. 3.3
Desain penelitian

Kelompok	<i>Pre-test</i>	<i>Treatment</i>	<i>Post-test</i>
E	O ₁	X	O ₂
K	O ₃		O ₄

Keterangan :

E adalah kelompok eksperimen

K adalah kelompok kontrol

O1 adalah pretest yang diberikan kepada kelompok eksperimen

O2 adalah post test yang diberikan kepada kelompok eksperimen

O3 adalah pretest yang diberikan kepada kelompok kontrol

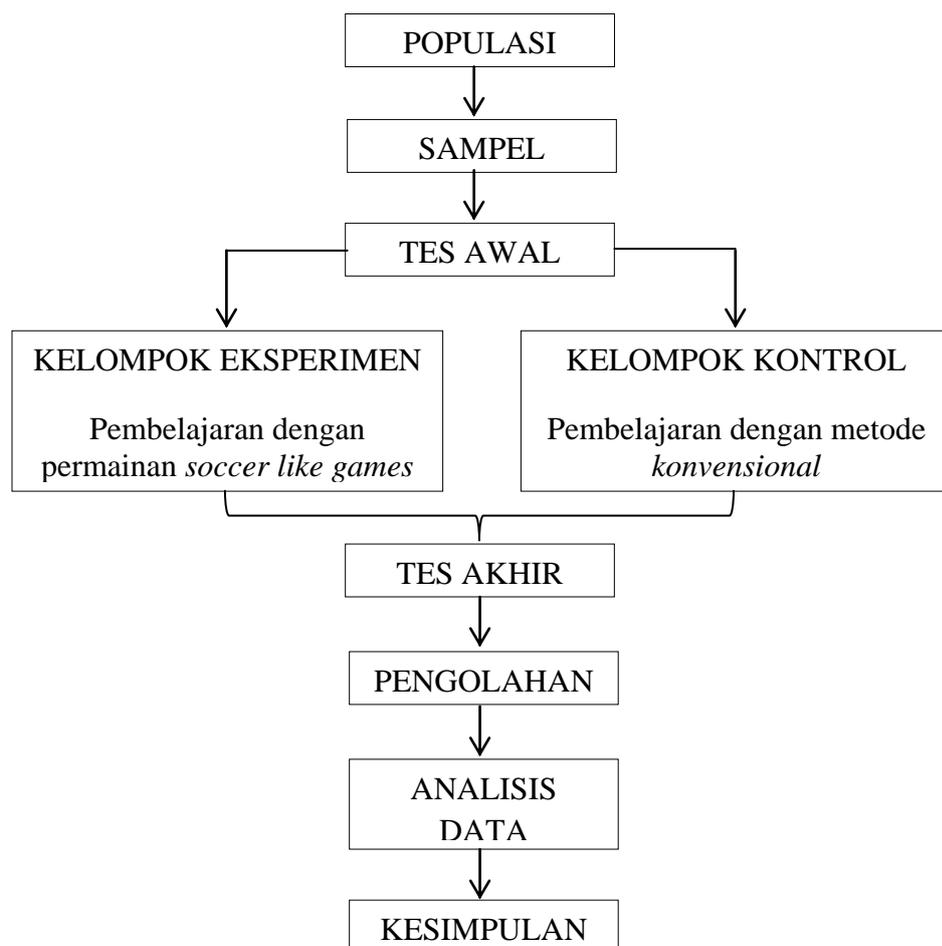
O4 adalah post test yang diberikan kepada kelompok kontrol

X adalah treatment / perlakuan yang diberikan kepada kelompok eksperimen berupa permainan soccer like games

R adalah sampel yang dipilih menggunakan teknik random sampling

Adapun langkah-langkah yang penulis deskripsikan dengan bentuk sebagai berikut :

Tabel. 3. 4
Langkah Penelitian



D. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Suatu konsep mengenai variabel yang sama dapat saja memiliki definisi operasional yang lebih dari satu dan berbeda-beda antara penelitian yang satu dengan yang lainnya. Jadi, suatu definisi operasional haruslah memiliki sebuah keunikan. Menurut Nazir (2005) dalam <http://a-research.upi.edu/operator/upload/sadp030002chapter3.pdf> definisi operasional adalah “suatu definisi yang diberikan kepada variabel atau konstruk dengan cara memberikan arti, atau menspesifikasikan kegiatan yang diperlukan untuk mengukur konstruk atau variabel tersebut.” Kemudian definisi operasional juga diperlukan untuk menghindari kekeliruan dalam memahami permasalahan, perlu adanya penjelasan mengenai istilah-istilah yang ada dalam variabel penelitian, antara lain :

1. Permainan *Soccer Like Games*

Soccer like games dalam secara harfiah dapat diartikan permainan yang seperti/menyerupai sepakbola, sehingga dapat didefinisikan yaitu suatu kegiatan pembelajaran permainan yang menyerupai sepakbola, merupakan modifikasi dari permainan sepakbola sebenarnya yang digunakan sebagai alat pembelajaran. Menurut Bahagia (2011, hlm. 58) :

Soccer like games adalah permainan-permainan yang menyerupai permainan sepakbola. Menyerupai artinya cara memainkan serta gerak yang dilakukannya sama seperti pada gerakan pemain sepak bola, pembedanya hanya terletak pada pendekatan permainan serta bentuk-bentuk pembelajaran, serta aturan dan perlengkapan yang dapat dimodifikasi seluas-luasnya demi kepentingan keterlibatan peserta didik dalam aktivitas pembelajaran.

Soccer Like Games yang diberikan pada saat *treatment* akan diberikan pada kelompok eksperimen dimulai dari bentuk permainan 1 vs 1 sampai dengan 5 vs 5, tidak hanya jumlah pemain yang dimodifikasi

bentuk fasilitas lain seperti bola, gawang, dan bentuk lapangan disesuaikan dengan kebutuhan.

2. Kecemasan

Kecemasan adalah suatu respon terhadap ancaman dalam melakukan suatu hal terhadap bahaya-bahaya yang nyata yang berada di dalam sekitar lingkungan. Menurut Weinberg dan Goul (1988) dalam Saitadarma (2000, hlm. 95) menyatakan, kecemasan adalah keadaan emosi negatif yang ditandai oleh adanya perasaan khawatir, was-was, dan disertai dengan peningkatan gugahan system kebutuhan. Dari penjelesan itu maka kecemasan dapat digolongkan menjadi dua jenis kecemasan, yaitu kecemasan pembawaan (*trait anxiety*) dan kecemasan karena kondisi (*state anxiety*).

3. Permainan sepakbola

Sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, masing masing regu terdiri dari sebelas orang pemain termasuk penjaga gawang. Sepakbola terdiri dari 11 orang pemain (Suharsono, 1982, hlm. 79). Hampir seluruh permainan dimainkan dengan kemampuan kaki, badan dan kepala untuk memainkan bola. Namun demikian agar dapat bermain sepakbola yang baik perlu bimbingan dan tuntunan tentang teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola.

Menurut Sunarso (2008, hlm. 8) keterampilan bermain sepakbola adalah kemampuan seseorang dalam melakukan kegiatan yang melibatkan gerak tubuh dan anggota tubuh secara sengaja untuk mencapai tujuan tertentu atau suatu prestasi dengan menggunakan energi seefisien mungkin untuk dapat memenangkan permainan.

E. Instrumen Penelitian

Dalam mengumpulkan data dari suatu sampel penelitian diperlukan alat yang disebut instrumen dan teknik pengumpulan data. Setiap teknik

atau metode pengumpulan data menggunakan instrumen pengumpulan data yang berbeda-beda. Dalam suatu penelitian, data diperlukan untuk menjawab masalah penelitian atau menguji hipotesis yang sudah dirumuskan. Sebagaimana dijelaskan oleh Arikunto (2006, hlm. 160) mengemukakan bahwa 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 lebih mudah diolah.”

Dalam konteks penelitian, instrumen diartikan sebagai alat untuk mengumpulkan data mengenai variabel-variabel penelitian untuk kebutuhan penelitian. Pada dasarnya, instrumen pengumpulan data terbagi dua macam, yaitu tes dan non tes. Kelompok tes, misalnya tes bakat, tes prestasi belajar, tes integrasi, sedangkan non tes, misalnya pedoman wawancara, kuisisioner atau angket, pedoman observasi, daftar cocok (*checklist*), skala sikap, skala penilaian, dan sebagainya.

Menurut Arikunto (2006, hlm. 150) tes adalah “serentetan pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok.”

Tes atau suatu alat ukur lainnya harus dapat memenuhi dua syarat utama, tes tersebut haruslah *valid* (sah) dan *reliabel* (dapat dipercaya). Suatu tes dikatakan valid, apabila tes tersebut dapat mengukur dengan apa yang hendak diukur atau benar-benar cocok untuk mengukur apa yang hendak diukur, tes dikatakan reliabel apabila konsistensi dari serangkaian pengukuran dari alat ukur yang sama (tes dengan tes ulang) akan memberikan hasil yang sama. Sebagaimana dijelaskan oleh Nurhasan (2007, hlm. 42), mengemukakan bahwa:

Reliabilitas atau keterandalan menggambarkan derajat keajegan, atau konsistensi hasil pengukuran. Suatu alat ukur atau tas dikatakan reliabel jika alat ukur itu menghasilkan suatu gambaran yang benar-benar

dapat dipercaya dan dapat diandalkan untuk membuah hasil pengukuran yang sesungguhnya.

Oleh sebab itu, validitas dan reliabilitas suatu alat ukur merupakan syarat mutlak dalam pmenentukan penggunaan alat ukur untuk pengukuran dan pengetesan dalam penelitian. Alat ukur yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah tes angket kecemasan, tes keterampilan bermain sepakbola, dan lembar observasi kecemasaan saat bermain sepakbola.

Instrumen yang digunakan peneliti adalah melalui tes angket kecemasan, tes keterampilan bermain sepakbola, dan lembar observasi kecemasaan saat bermain sepakbola. Tes terdiri dari dua tes yaitu *pre-tes* dan *post-tes*. *Pre-tes* dilakuan sebelum kelas diberi perlakuan dan *post-tes* dilakukan setelah diberi perlakuan. Untuk hal tersebut maka akan dijelaskan bentuk tes dan pemberian skor tes pada angket, keterampilan bermain, dan lembar observasi dalam bermain sepakbola adalah sebagai berikut :

1. Instrumen angket kecemasan

Untuk mengukur pengendalian kecemasan siswa dalam bermain sepakbola instrument yang digunakan adalah lembar angket yang mengacu pada Weinberg dan Goul (1988) dalam Saitadarma (2000, hlm. 95) menyatakan, “ kecemasan adalah keadaan emosi negatif yang ditandai oleh adanya perasaan khawatir, was-was, dan disertai dengan peningkatan gugahan system kebutuhan. Dari penjelesan itu maka kecemasan dapat digolongkan menjadi dua jenis kecemasan, yaitu kecemasaan pembawaan (*trait anxiety*) dan kecemasan karena kondisi (*state anxiety*)”.

Berikut adalah tabel kisi-kisi kecemasan siswa :

Tabel 3.5
kisi-kisi angket kecemasan

Variabel	Sub Variabel	Indikator
kecemasan adalah keadaan	kecemasaan pembawaan	1. Was-was 2. Takut gagal

emosi negatif yang ditandai oleh adanya perasaan khawatir, was-was, dan disertai dengan peningkatan gugahan system kebutuhan	(<i>trait anxiety</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 3. Perubahan emosi 4. Kurang percaya diri 5. Merasa terancam 6. Gangguan pencernaan 7. Kontraksi otot setempat
	kecemasan karena kondisi (<i>state anxiety</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Motivasi menurun 2. Tegang 3. Perubahan irama pernafasan 4. Lutut gemetar 5. Keringat berlebih dingin 6. Pucat 7. Denyut jantung berdetak lebih kencang 8. Konsentrasi

Indikator-indikator yang dirumuskan ke dalam bentuk kisi-kisi tersebut selanjutnya dijadikan sebagai bahan penyusunan butir-butir pertanyaan dalam angket. Butir-butir pertanyaan tersebut dibuat dalam bentuk pertanyaan dengan kemungkinan jawaban yang tersedia. Peneliti menetapkan alternatif jawaban dalam angket sebagai berikut :

Tabel 3.6
Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban

Alternatif Jawaban	Skor Alternatif Jawaban	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Peneliti jelaskan bahwa dalam menyusun pertanyaan-pertanyaan supaya responden dapat menjawab salah satu alternatif jawaban tersebut, maka pertanyaan-pertanyaan itu disusun dengan berpedoman pada penjelasan Surakhmand (1990, hlm. 184) sebagai berikut :

- a. Rumuskan setiap pertanyaan sejelas-jelasnya dan seringkas-ringkasnya.
- b. Mengajukan pernyataan-pernyataan yang memang dapat dijawab oleh responden, pernyataan mana yang tidak menimbulkan kesan negatif.
- c. Sifat pernyataan harus netral dan obyektif.
- d. Mengajukan hanya pernyataan yang jawabannya tidak dapat diperoleh dari sumber lain.
- e. Keseluruhan pernyataan dalam angket harus sanggup mengumpulkan kebulatan jawaban untuk masalah yang kita hadapi. Dari uraian tersebut,
- f. maka dalam menyusun pernyataan dalam angket ini harus bersifat jelas, ringkas, dan tegas.

a. Uji Coba Angket

Angket yang telah disusun harus diuji cobakan untuk mengukur tingkat validitas dan reliabilitas dari setiap butir pertanyaan-pertanyaan. Dari uji coba angket akan diperoleh sebuah angket yang memenuhi syarat dan dapat digunakan sebagai pengumpulan data dalam penelitian ini. Uji coba angket ini diberikan kepada siswa kelas XII SMK Negeri Kota Bandung sebanyak 30 orang. Sebelum para sampel mengisi angket tersebut, peneliti memberikan penjelasan mengenai cara-cara pengisiannya.

Untuk meminimalisir kesalahan dalam penelitian khususnya pengambilan data atau pengumpulan data maka perlu diperhatikan beberapa langkah sebagai berikut:

Instrumen penelitian, menurut Masri (1987, hlm. 97) “konsep-konsep yang ditelaah dalam penelitian sosial adalah mengenai berbagai fenomena sosial yang abstrak. Karena itu, dalam penelitian sosial ada kemungkinan besar sekali bahwa instrumen pengukur yang digunakan tidak dapat menangkap dengan tepat realitas yang berkaitan dengan fenomena sosial

yang diacu oleh konsep. Dengan kata lain, dalam penelitian sosial amat besar kemungkinan untuk melakukan salah ukur”.

Dalam analisis dan pengolahan data ada kemungkinan kesalahan-kesalahan yang terjadi seperti:

- a. Pengisian angket yang tidak benar, misalnya karena kondisi objek penelitian atau sampel tidak mengisi dengan benar atau sungguh-sungguh.
- b. Adanya kesalahan dalam memasukan data-data kedalam proses analisis data yang tidak disengaja atau disadari oleh peneliti.
- c. Serta adanya kesalahan atau bias yang lain yang mungkin terjadi selama penelitian ini.

b. Uji Validitas dan Reliabilitas

Untuk memperoleh kesahihan dan keajegan dari tiap butir soal, perlu dilakukannya uji coba angket. Dari uji coba tersebut diharapkan dapat diketahui validitas dan reliabilitas instrumen tersebut. Sebelum instrumen digunakan dilakukan uji coba terlebih dahulu kepada 30 orang siswa SMK Negeri 1 Kota Bandung, yang tidak diikutkan dalam penelitian yang sebenarnya.

Data dianalisis menggunakan perangkat lunak *Statistikal Product and Service Solution (SPSS) for windows versi 17* yaitu menggunakan *reliability scale*. Pada uji validitas dan reliabilitas, angket Tingkat Kecemasan siswa SMK Negeri 1 Kota Bandung, Jumlah soal angket terdiri dari 30 soal. Kemudian soal angket diujikan terhadap 15 orang sampel lain selain kelompok sampel penelitian. Setelah semua skor hasil angket uji coba di-input dan hasil uji coba angket beserta hasil penghitungan uji validitas tiap butir pertanyaan.

Pengambilan keputusan berdasarkan perhitungan nilai *Corrected Item-Total Correlation* hasil dari analisis *Reability Scale*. Menurut, Nisfiannor Muhammad (2009: 229), “bahwa untuk menyatakan butir item valid atau tidak valid digunakan patokan 0,200”. Terlihat pada tabel diatas memiliki nilai

Corrected Item-Total Correlation diatas 0,200, yang berarti tes tersebut dinyatakan Valid. Sedangkan untuk melihat tingkat reliabilitas tes ini dapat dilihat dari tabel berikut.

Tabel 3.7
Hasil Uji Reliabilitas Angket Kecemasan Siswa
Dalam Bermain Sepakbola

Pengambilan keputusan dilakukan berdasarkan penghitungan nilai *Cronbach Alpha*, bila nilainya diatas 0,600 maka dinyatakan reliabel. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa instrumen tes angket kecemasan siswa dalam bermain sepakbola memenuhi standar reliabilitas, karena memiliki nilai *Cronbach Alpha* = 0,787 > 0,600.

2. Instrumen keterampilan bermain

Untuk mengukur keterampilan bermain siswa dalam bermain sepakbola instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan lembar observasi dari Griffin, Mitchell, dan Oslin (1997) *Game Performance Assesment Instrument (GPAI)* yang telah diterjemahkan dalam skripsi Koswara (2013 hlm. 53) *GPAI* akan diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia menjadi

Penilaian

Bermain

IPPB.

untuk

Reliability Statistics		
N of Items	Cronbach's Alpha	Keterangan
18	.787	Reliabel

Instumen

Penampilan

disingkat

Tujuannya

membantu

para guru dan pelatih mengobservasi dan mendata perilaku penampilan pemain sewaktu permainan berlangsung. Ada tujuh komponen yang diamati untuk mendapatkan gambaran tentang tingkat penampilan bermain siswa.

Pengamatan untuk cabang olahraga permainan bisa memanfaatkan ketujuh komponen tersebut, yaitu :

1. Kembali ke Pangkalan (*home base*) maksudnya adalah seorang pemain yang kembali ke posisi semula setelah dia melakukan suatu gerakan keterampilan tertentu.
2. Menyesuaikan diri (*adjust*) maksudnya adalah pergerakan seorang pemain saat menyerang atau bertahan yang disesuaikan dengan tuntutan situasi permainan.
3. Membuat keputusan (*decision making*) komponen ini dilakukan setiap pemain, setiap saat di dalam situasi permainan yang bagaimanapun.
4. Melaksanakan keterampilan tertentu (*skill executive*) setelah membuat keputusan, barulah seorang pemain melaksanakan macam keterampilan yang dipilihnya.
5. Memberi dukungan (*support*)
6. Melapis teman (*cover*) gerakan ini dilakukan untuk melapis pertahanan dibelakang teman satu tim yang sedang berusaha menghalangi laju serangan lawan atau yang sedang bergerak kearah lawan yang menguasai bola.
7. Menjaga atau mengikuti gerak lawan (*guard or mark*) maksudnya adalah menahan laju gerakan lawan, baik yang sedang atau yang tidak menguasai bola.

Tabel 3.8
Game Performance Assesment Instrument (GPAI)

No.	Nama	<i>home base</i>	<i>adjust</i>	<i>decision making</i>	<i>skill executive</i>	<i>support</i>	<i>cover</i>	<i>guard or mark</i>

Tabel 3.9
Klasifikasi Penilaian

No.	Penilaian	Keterangan
1	5	Sangat Efektif
2	4	Efektif
3	3	Cukup Efektif
4	2	Tidak Efektif
5	1	Sangat Tidak Efektif

3. Instrumen Observasi Kecemasan

Kecemasan sesaat menurut Satiadarma (2000:97) adalah : “kecemasan yang fluktuasi, berubah-ubah dari satu waktu ke waktu yang lainnya yang sangat dipengaruhi oleh kondisi dan situasi yang terjadi saat kini”. Spielberg (1985) dalam Setyobroto (1993, hlm. 94) menjelaskan : “*State anxiety* adalah keadaan emosional yang terjai mendadak ditandai dengan takut dan ketegangan, biasanya diikuti dengan perasaan cemas yang mendalam disertai ketegangan dan *physiological arousal*”.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *state anxiety* merupakan kecemasan yang bersifat sementara dan berubah-ubah, tergantung pada besar kecilnya tekanan yang dihadapi seseorang di lapangan juga tergantung pada tingkat *trait anxiety* yang dimilikinya. Dari instrument tes angket kecemasan terdapat beberapa indikator *state anxiety* yang akan dijadikan penilaian dalam lembar tes observasi kecemasan.

Tabel 3.10
Lembar Observasi Kecemasan

No	Nama	Indikator							
		Motivasi menurun	Tegang	Perubahan irama pernafasan	Lutut gemetar	Keringat berlebihan dingin	Pucat	Denyut jantung berdetak lebih	Konsentrasi terganggu

Keterangan : Berilah tanda ceklis (√) jika indikator kecemasan terjadi pada siswa dalam melaksanakan tes keterampilan bermain sepakbola

F. Pelaksanaan Pengumpulan Data

Penelitian ini dilaksanakan pada pembelajaran pendidikan jasmani dilapangan di SMK Negeri 1 Kota Bandung, yang dilaksanakan selama satu bulan, dan penelitian ini mengacu kepada kurikulum yang telah ada disekolah. Pelaksanaan pengumpulan data dilakukan dengan observasi dengan menggunakan observasi terstruktur menurut Sugiyono (2013, hlm. 205) observasi terstruktur adalah “observasi yang telah dirancang secara sistematis, tentang apa yang akan diamati, kapan dan dimana tempatnya. Dalam melakukan pengamatannya peneliti menggunakan instrumen penelitian yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya.”

Dalam pelaksanaannya penelitian pengaruh permainan *soccer like games* terhadap kecemasan dan keterampilan bermain sepakbola dilaksanakan dalam satu semester dengan 16 kali pertemuan, dilakukan 3 kali dalam satu minggu. Sesuai dengan pendapat Juliantine *et.al* (2007, hlm. 3.5) mengatakan bahwa “Sebagai percobaan untuk mendapatkan hasil yang baik bisa pula dilaksanakan dalam frekuensi latihan 3 hari/minggu. Sedangkan lamanya latihan paling sedikit 4-6 minggu.”

Pendapat harsono (dalam Ryan 2012, hlm. 61) “sebaiknya latihan dilakukan 3 kali dalam seminggu.” Kemudian mengacu pada Bompa (dalam Iwa 2013:36) menyatakan “*During this time athleties should trening 3-5 time for week depending or their of development in athietes.*”

Mengenai hal tersebut, pembelajaran dilaksanakan pada hari senin, Rabu dan jum’at dilaksanakan pada pukul 14.00 WIB sampai dengan pukul 16.00 WIB. Pembelajaran yang dilaksanakan dibagi menjadi 2 tahap yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan, yang akan dijelaskan sebagai berikut :

1. Tahap persiapan

Guru dan peneliti menyiapkan/menyusun skenario pembelajaran dan siswa diinstruksikan untuk memahami skenario pembelajaran tersebut sebelum pelaksanaan kegiatan belajar mengajar berlangsung.

2. Tahap pelaksanaan

a. Kegiatan awal

Guru memberikan motivasi dan apersepsi kepada siswa serta menjelaskan tujuan dan teknik bermain dalam pelaksanaan pembelajaran *soccer like games*, serta memberikan penjelasan tentang inti tujuan dari permainan tersebut.

b. Kegiatan inti

Dalam kegiatan ini guru membagi siswa dalam kelompok kecil, dan menunjuk siswa untuk memerankan dari skenario yang telah dipersiapkan, masing-masing siswa berada dalam kelompoknya masing-masing siswa diberi lembar kerja untuk membahas/memberi penilaian atas penampilan masing-masing kelompok. Kemudian guru dan siswa melakukan diskusi untuk membicarakan hasil kegiatan proses belajar mengajar yang sudah terlaksana, berikut penilai-penilaian yang telah dilakukan, masing-masing kelompok menyampaikan kesimpulannya serta guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya.

c. Kegiatan akhir

Guru memberikan kesimpulan secara keseluruhan dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk memberikan masukan mengenai penampilan masing-masing kelompok.

G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.

Peneliti menggunakan *statistic parametric* Uji-t yaitu *Paired Sample t-test* untuk mengetahui pengaruh sebelum dan sesudah permainan *soccer like games* terhadap kecemasan dan keterampilan bermain sepakbola di SMK N 1 Kota Bandung. Pengolahan dan analisis data merupakan rangkaian yang dilakukan

sebagai upaya untuk memperoleh kesimpulan penelitian. Analisis data dilaksanakan dengan menggunakan program *Statistical Product for Social Science (SPSS)* Seri 17. Adapun langkah-langkah dalam pengolahan data adalah sebagai berikut:

1. Input data dari skor tes keterampilan shooting sepakbola pada program komputer Microsoft Excel 2007.
2. Selanjutnya data tersebut diolah dan dianalisis, dengan tujuan dapat memperoleh kesimpulan penelitian. Dalam pelaksanaannya pengolahan data dilakukan melalui dua tahapan, yaitu uji asumsi statistik dan uji hipotesis.

1. Uji Asumsi Statistik

Uji asumsi statistik merupakan tahapan pengolahan data melalui rumus-rumus statistik, dengan tujuan akhirnya menjawab rumusan masalah penelitian. Dalam tahapannya, uji asumsi statistik melalui tahapan sebagai berikut

a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui apakah data berada pada taraf distribusi normal atau tidak. Uji normalitas data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan uji Kolmogorov-smirnov, dengan asumsi kelompok sampel termasuk ke dalam sampel kecil atau 30 ke bawah. Format pengujiannya dengan membandingkan nilai probabilitas (p) atau signifikansi (Sig.) dengan derajat kebebasan (dk) $\alpha = 0,05$. Uji kebermaknaannya adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai Sig. Atau *P-value* $> 0,05$ maka data dinyatakan normal
- 2) Jika nilai Sig. Atau *P-value* $< 0,05$ maka data dinyatakan tidak normal.

b. Uji Homogenitas Data

Uji homogenitas dilakukan untuk menguji apakah data memiliki varians yang sama atau tidak, dengan kata lain homogen atau tidak. Selain itu juga untuk menentukan langkah pengujian statistik berikutnya, apakah

menggunakan statistic parametric atau nonparametric. Apabila data berdistribusi normal dan homogen, maka pengolahan dilakukan dengan statistic parametric. Sebaliknya apabila data berdistribusi normal tapi tidak homogen, maka pengujian dengan statistic nonparametrik.

Untuk uji homogenitas data mengacu pada penghitungan *Lavene Statistik* hasil *output* dari SPSS. Uji kebermaknaannya adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai Sig. Atau *P-value* $> 0,05$ maka data dinyatakan homogen
- 2) Jika nilai Sig. Atau *P-value* $< 0,05$ maka data dinyatakan tidak homogen.

c. Uji-T (Uji dua rata-rata)

Uji-t atau uji dua rata-rata dilakukan untuk menguji perbedaan rata-rata pada kedua data. Dalam hal ini uji-t dilakukan dengan cara, *paired sample t-tes* dan *Independent Sample T-Test*. *Paired sample t-test* dilakukan untuk menguji dua data dalam satu kelompok sampel, yaitu menguji data tes awal dan tes akhir, sedangkan *Independent Sample T-Test* dilakukan untuk menguji perbedaan kelompok control dan kelompok eksperimen. Uji kebermaknaannya adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai Sig. Atau *P-value* $> 0,05$ maka dinyatakan tidak terdapat pengaruh.
- 2) Jika nilai Sig. Atau *P-value* $< 0,05$ maka dinyatakan terdapat pengaruh

d. Uji Hipotesis

1) Hipotesis 1

Terdapat pengaruh *permainan soccer like games* terhadap *penurunan kecemasan bermain sepakbola* di SMK N 1 Kota Bandung .

H_0 : Tidak terdapat pengaruh *permainan soccer like games* terhadap *penurunan kecemasan bermain sepakbola* di SMK N 1 Kota Bandung .

H_1 : Terdapat pengaruh *permainan soccer like games* terhadap *penurunan kecemasan bermain sepakbola* di SMK N 1 Kota Bandung .

Kriteria keputusan:

- 1) Terima H_0 jika probabilitas (Sig.) $> 0,05$.
- 2) Tolak H_0 jika probabilitas (Sig.) $< 0,05$.

2) Hipotesis 2

Terdapat pengaruh *permainan soccer like games* terhadap *peningkatan keterampilan bermain sepakbola* di SMK N 1 Kota Bandung .

H_0 : Tidak terdapat pengaruh *permainan soccer like games* terhadap *peningkatan keterampilan bermain sepakbola* di SMK N 1 Kota Bandung.

H_1 : Terdapat pengaruh *permainan soccer like games* terhadap *peingkatan keterampilan bermain sepakbola* di SMK N 1 Kota Bandung .

Kriteria keputusan:

- 3) Terima H_0 jika probabilitas (Sig.) $> 0,05$.
- 4) Tolak H_0 jika probabilitas (Sig.) $< 0,05$.