

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penggunaan metode dalam penelitian disesuaikan dengan masalah dan tujuan penelitiannya. Hal ini berarti metode penelitian mempunyai kedudukan yang penting dalam pelaksanaan pengumpulan dan analisis data.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Tentang metode eksperimen dijelaskan oleh Arboleda (1981) dalam Setyanto, A. E. (2015, hlm 39) mendefinisikan “eksperimen sebagai suatu penelitian yang dengan sengaja peneliti melakukan manipulasi terhadap satu atau lebih variabel dengan suatu cara tertentu sehingga berpengaruh pada satu atau lebih variabel lain yang diukur”. Sedangkan eksperimen menurut Kerlinger (1986) dalam Setyanto, A. E. (2015, hlm 39) adalah :

Sebagai suatu penelitian ilmiah dimana peneliti memanipulasi dan mengontrol satu atau lebih variabel bebas dan melakukan pengamatan terhadap variabel-variabel terikat untuk menemukan variasi yang muncul bersamaan dengan manipulasi terhadap variabel bebas tersebut.

Berdasarkan uraian di atas penulis bisa menyimpulkan bahwa metode penelitian eksperimen adalah suatu metode penelitian yang dapat digunakan untuk mengetahui apakah variabel bebas dapat berpengaruh terhadap variabel terikat terhadap atlet yang sedang diteliti.

Dalam penelitian ini terdapat obyek-obyek yang diteliti dapat juga disebut variabel. Variabel bebas yang dicoba untuk diteliti yakni metode latihan *small sided games* sebagai variabel penyebab terhadap variabel terikat penelitian ini yakni keterampilan *passing* dan motivasi berlatih atlet yang diberikan selama 6 minggu dan 1 minggunya terdiri dari 3x pertemuan. *Treatment* ini diberikan dengan tujuan untuk melihat pengaruh dari pelatihan *small sided games* terhadap keterampilan *passing* dan motivasi berlatih dalam sepakbola.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Dalam melakukan penelitian dibutuhkan sumber data untuk mendapatkan informasi data. Pada umumnya sumber data dalam penelitian adalah populasi dan sampel penelitian. Menurut Amirulloh (2015, hlm 70) populasi adalah “sekumpulan elemen-elemen atau obyek yang memiliki informasi yang dicari oleh peneliti dan akan digunakan dalam membuat kesimpulan”. Sedangkan menurut Malhotra (1996) dalam Amirulloh (2015, hlm 67) populasi adalah “keseluruhan kelompok dari orang-orang, peristiwa atau barang-barang yang diminati oleh peneliti untuk diteliti”. Dalam penelitian ini populasinya adalah atlet SSB Putra Family yang berjumlah 97 atlet.

2. Sampel

Dalam menentukan sampel dapat menggunakan semua anggota populasi dan dapat pula menggunakan sebagian dari populasi. Menurut Amirulloh (2015, hlm 68) sampel merupakan “suatu sub kelompok dari populasi yang dipilih untuk digunakan dalam penelitian”. Sampel yang baik, yang kesimpulannya dapat dikenakan pada populasi adalah sampel yang bersifat representatif atau yang dapat menggambarkan karakteristik populasi. Sedangkan menurut Supardi (1993, hlm 101) sampel penelitian adalah “bagian dari populasi yang dijadikan subyek penelitian sebagai "wakil" dari para anggota populasi”.

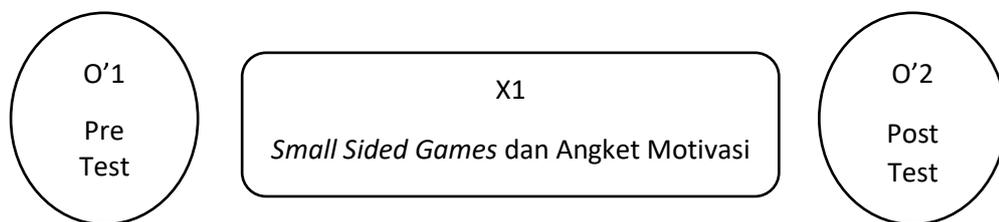
Teknik sampling pada dasarnya dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu *Probability Sampling* dan *Nonprobability Sampling*. *Probability Sampling* meliputi, *simple random*, *proportionate stratified random*, *disproportionate stratified random*, dan *area random*. sedangkan *Non-probability sampling* meliputi, *sampling sistematis*, *sampling kuota*, *sampling aksidental*, *purposive sampling*, *sampling jenuh*, dan *snowball sampling*.

Dari semua teknik sampling yang telah dijelaskan diatas peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* yang berjumlah 16 orang. Menurut Amirulloh (2015, hlm 71) *purposive sampling* adalah “sampel dipilih berdasarkan penilaian atau pandangan dari para ahli berdasarkan tujuan dan maksud penelitian”. Sampel yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah atlet sepakbola KU-13 SSB Putra Family yang mengikuti latihan dengan berjumlah 16 orang.

C. Desain Penelitian

Penelitian akan berjalan baik apabila penelitian tersebut memiliki langkah-langkah dan desain penelitian. Hal ini dilakukan agar arah penelitian tidak keluar dari ketentuan yang sudah ditetapkan dan tujuan serta hasil dari penelitian dapat tercapai sesuai dengan penulis harapkan. Desain penelitian adalah semua proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian, yang membantu penelitian dalam pengumpulan dan menganalisis data.

Desain penelitian yang disusun dalam penelitian ini adalah sebagai berikut pada gambar berikut ini :



Desain Penelitian (*The Static Group Pretest-Posttest Design*)

Sumber: Sugiyono (2017, hlm. 74)

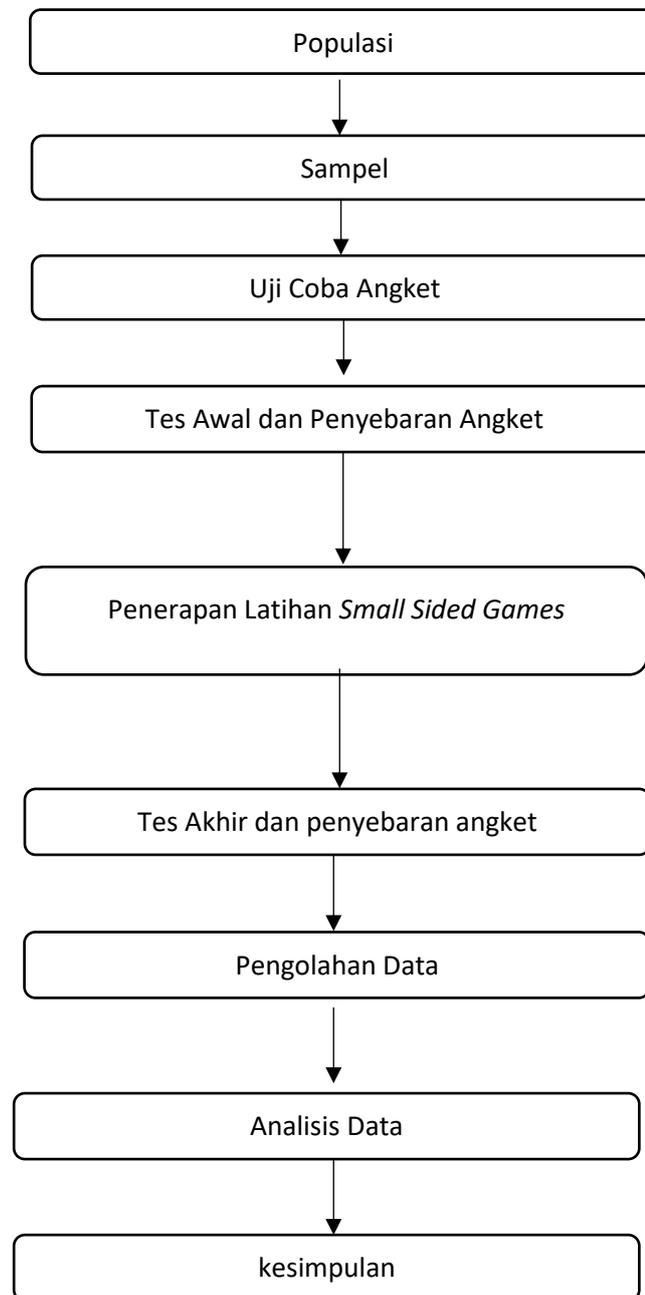
Keterangan:

O'1 : *Pre Test passing.*

O'2 : *Post Test passing.*

X1 : *Latihan metode *small sided games* dan angket motivasi.*

Sedangkan untuk alur penelitian, penulis menggambarkan seperti pada gambar dibawah ini :



D. Prosedur Penelitian

1. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Sekola Sepakbola (SSB) Putra Family bertempat di Jl. Otista Kp. Pasir Muncang Tanjung Ds. Tanjung Kamuning Kec. Tarogong Kaler Kab. Garut. Waktu penelitian dilaksanakan dari tanggal 13 Maret sampai 19 April 2019, dilakukan dengan perlakuan eksperimen selama 16 kali

pertemuan dengan frekuensi pertemuan tiga kali dalam seminggu. Adapun lama latihan yang diperlukan adalah selama enam minggu. Dengan pelatihan yang diberikan tiga kali dalam seminggu secara teratur akan mengalami peningkatan yang berarti.

Berikut adalah urutan jadwal pertemuan selama seminggu:

1. Rabu, Pukul 15.30-17.30 WIB.
2. Jumat, Pukul 15.30-17.30 WIB.
3. Minggu, Pukul 07.00-10.30 WIB.

2. Pelaksanaan Tes

Pre test dilaksanakan dimaksudkan untuk mengetahui kemampuan awal keterampilan *passing* dan motivasi berlatih siswa SSB Putra Family KU-13. Sedangkan *post test* dilaksanakan untuk melihat hasil dari perlakuan yang telah diberikan. Untuk pengambilan test menggunakan *wall pass* dan angket motivasi berlatih.

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Instrument penelitian adalah sebuah alat ukur untuk mengukur sebuah kemampuan atlet yang digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan data penelitian. Intrumen penelitian menurut Firdaos, R. (2016, hlm 380) berpendapat bahwa instrumen merupakan “alat bantu yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data dengan cara melakukan pengukuran”. Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa instrumen adalah alat ukur untuk memperoleh data dan dapat memecahkan masalah yang diteliti oleh peneliti. Penelitian ini menggunakan dua instrument yaitu :

1. Tes *wall pass*, mengetes keterampilan *passing* dengan instrument tes *wall pass* (umpan ke tembok) yang memiliki validitas kriterium sebesar 0.860 dan nilai reabilitas sebesar 0.923 dengan nilai $N = 16$, lebih besar dari nilai $r - \text{tabel}$ yaitu 0.497.
2. Kuesioner (angket), mengukur motivasi atlet dengan menggunakan instrument kuesioner (angket), proses pengumpulan data ini dilakukan dengan membagikan angket kepada seluruh responden, untuk memperoleh data tentang tingkat motivasi atlet SSB Putra Family mengikuti latihan di SSB Putra Family.

Tata cara pelaksanaan instrument yang digunakan sebagai berikut :

1) Tes *Wall Pass*

Tes keterampilan mengoper bola akan dilaksanakan sebagai berikut:

a. Deskripsi Tes

Tes ini mengukur kecakapan dan keterampilan *passing* bermain sepakbola dan dapat digunakan sebagai dasar pemberian nilai pendidikan olahraga. Pelaksanaan tes ini dilakukan dengan seorang atlet menendang bola ke dinding atau papan.

b. Tujuan

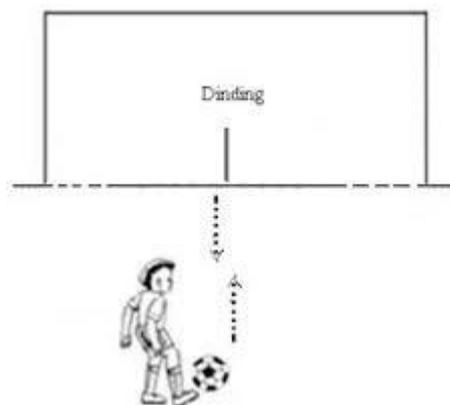
Untuk mengukur keterampilan *passing* atlet dalam penerapan permainan *small sided games*.

c. Alat yang digunakan

Dua (2) bola, *stop watch*, peluit, dinding, dan semen putih

d. Pelaksanaan

1. Tester berdiri dibelakang garis semen putih yang berjarak 4m dari sasaran, dan lebar sasaran 3m dengan panjang tembok 60cm boleh dengan posisi kaki kanan siap melakukan ataupun sebaliknya.
2. Pada aba-aba “suara peluit” tester mulai menendang bola ke sasaran dengan jumlah sebanyak mungkin. Lakukan kegiatan ini selama 30 detik.
3. Apabila bola keluar dari daerah yang ditentukan, maka tester menggunakan bola cadangan yang telah disediakan.



Gambar 3.1

Denah Lapangan Tes Keterampilan *Passing* dan *Stopping*

Sumber: data:image/jpeg;base64

- e. Gerakan tersebut dinyatakan gagal apabila :
1. Bola ditendang dan ditahan di depan garis sepak yang akan menyepak bola.
 2. Bola keluar di area batas yang sudah disediakan.
- f. Cara mencatat skor / menilai :
1. Jumlah menendang bola dan menahan bola selama 30 detik.
 2. Hitungan 1 diperoleh dari satu kali kegiatan menendang bola.

2) Instrumen Motivasi Berlatih

Kuesioner adalah suatu alat ukur yang digunakan untuk mengetahui informasi seseorang atau atlet yang akan diteliti oleh seorang peneliti. Menurut Arikunto (2006) dalam Fitriyanto, D. (2017, hlm 45) kuesioner adalah “sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang diketahui”. Untuk mengetahui tingkat motivasi atlet mengikuti latihan di SSB Putra Family. Selain itu menurut Arikunto (2006) dalam Fitriyanto (2017, hlm 45) angket dibedakan menjadi dua, yaitu:

Angket terbuka dan angket tertutup. Angket terbuka adalah angket yang memberikan kesempatan kepada responden untuk memberikan jawaban dengan kalimat sendiri. Sedangkan angket tertutup adalah angket yang jawabannya sudah disediakan oleh peneliti sehingga responden tinggal memilih jawaban yang sesuai dengan kondisinya.

Untuk memperoleh data mengenai motivasi berlatih atlet dalam penelitian ini menggunakan skala motivasi berlatih untuk mengukur tingkat partisipasi berlatih atlet SSB Putra Family. Skala motivasi berlatih yang digunakan dikembangkan dengan merujuk pada dimensi kontrak yang dikembangkan oleh Decy dan Ryan (2002).

Secara operasional motivasi berlatih adalah tingkat kekuatan dorongan internal dan eksternal untuk melakukan aktivitas yang diukur melalui skor per-item motivasi intrinsik dan ekstrinsik pada skala motivasi berlatih. Menurut Hidayat. (2012), dalam Rosliana, E. (2013, hlm 37) “semakin tinggi skor motivasi intrinsik maka semakin rendah motivasi ekstrinsik dan sebaliknya”.

Angket ini disusun berdasarkan kisi-kisi yang diangkat dari variabel motivasi berlatih sepakbola SSB Putra Family menggunakan skala *Likert*. Maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.

Berdasarkan uraian di atas penulis menetapkan kategori penskoran sebagai berikut : kategori untuk setiap butir pernyataan yaitu Setuju = 3, Setuju atau Tidak Setuju = 2, Tidak Setuju = 1.

1. Kisi-Kisi Angket

Tabel 3.1.
Skala motivasi olahraga (Decy & Ryan, 2002) adaptasi dari Hidayat, (2012:154) dalam Rosliana (2013, hlm 38)

| Skala | Dimensi dan Indikator | Item Uji Coba | Item Dibutuhkan |
|-------------------|--|---------------|-----------------|
| Motivasi Olahraga | 1. Motivasi ekstrinsik | | |
| | a. Melakukan regulasi eksternal | 6 | 3 |
| | b. Melakukan regulasi interjeksi | 6 | 3 |
| | c. Melakukan regulasi identifikasi | 6 | 3 |
| | d. Melakukan regulasi integrasi | 6 | 3 |
| | 2. Motivasi Intrinsik | | |
| | a. Mengetahui sesuatu | 6 | 3 |
| | b. Menguasai sesuatu | 6 | 3 |
| | 1. Memperoleh sensasi stimulasi pengalaman | 6 | 3 |
| Jumlah | | 42 | 21 |

Tabel 3.2
Adapun uraian dari kisi-kisi angket sebelum uji coba sebagai berikut:

| Aspek | Indikator | Butir Soal | | Jumlah |
|---------------------|------------------------------------|-----------------------|----------------------|--------------|
| | | Positif | Negatif | |
| Motivasi Ekstrinsik | a. Melakukan regulasi eksternal | | 1, 8, 15, 22, 29, 36 | 6 butir soal |
| | b. Melakukan regulasi interjeksi | 2, 9, 16, 23, 30, 37 | | 6 butir soal |
| | c. Melakukan regulasi identifikasi | 3, 10, 17 | 24, 31, 38 | 6 butir soal |
| | d. Melakukan regulasi integrasi | 4, 11, 18, 25, 32, 39 | | 6 butir soal |
| Motivasi Intrinsik | a. Mengetahui sesuatu | 5, 12, 19, 26, 33, 40 | | 6 butir soal |

| | | | | |
|--|--|-----------------------|--------|--------------|
| | b. Menguasai sesuatu | 6, 13, 34, 41 | 20, 27 | 6 butir soal |
| | c. Memperoleh sensasi stimulasi pengalaman | 7, 14, 21, 28, 35, 42 | | 6 butir soal |

2. Uji Coba Angket

Dalam uji validitas dan reabilitas suatu instrumen tentu membutuhkan tingkat keterandalan yang baik. Keterandalan tersebut dapat dilihat dalam nilai validitas dan reabilitas dalam instrumen tersebut. Untuk membuktikan keterandalan tersebut, maka dilakukan uji coba untuk melihat validitas dan reabilitas instrumen yang digunakan dalam penelitian.

a. Uji Validitas

Dalam mencari hasil dari penelitian yang dilakukan apakah penelitian itu layak atau tidak untuk digunakan harus melewati proses penghitungan dengan menggunakan beberapa rumus dalam ilmu statistika, seperti penjelasan Azwar (1987) dalam Matondang, Z. (2009, hlm 89) menyatakan bahwa “validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrument pengukur tes dalam melakukan fungsi ukurnya”. Untuk uji validitas ini menggunakan korelasi product moment dari *SPSS 24 for Windows Evaluation Version*.

Tabel 3.3
Hasil Uji Validitas Angket Uji Coba Motivasi Berlatih

| Indikator | No item | r hitung | r tabel | Validitas | Ket. | Item jadi | No |
|------------------------------|---------|----------|---------|-------------|---------|-----------|----|
| Melakukan regulasi eksternal | 1 | 0,504 | 0,423 | Valid | Diambil | 1 | 1 |
| | 8 | 0,421 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 15 | 0,422 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 22 | 0,543 | 0,423 | Valid | Diambil | 22 | 2 |
| | 29 | 0,074 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| 36 | 0,473 | 0,423 | Valid | Diambil | 36 | 3 | |

| | | | | | | | |
|--|----|--------|-------|-------------|---------|----|----|
| Interjeksi | 2 | 0,563 | 0,423 | Valid | Diambil | 2 | 4 |
| | 9 | 0,094 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 16 | 0,607 | 0,423 | Valid | Diambil | 16 | 5 |
| | 23 | 0,108 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 30 | 0,464 | 0,423 | Valid | Diambil | 30 | 6 |
| | 37 | 0,458 | 0,423 | Valid | Diambil | 37 | 7 |
| Identifikasi | 3 | 0,002 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 10 | -0,112 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 17 | 0,420 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 24 | -0,052 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 31 | -0,212 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 38 | 0,550 | 0,423 | Valid | Diambil | 38 | 8 |
| Integrasi | 4 | 0,483 | 0,423 | Valid | Diambil | 4 | 9 |
| | 11 | 0,044 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 18 | 0,416 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 25 | 0,471 | 0,423 | Valid | Diambil | 25 | 10 |
| | 32 | 0,578 | 0,423 | Valid | Diambil | 32 | 11 |
| | 39 | 0,468 | 0,423 | Valid | Diambil | 39 | 12 |
| Mengetahui sesuatu | 5 | 0,565 | 0,423 | Valid | Diambil | 5 | 13 |
| | 12 | 0,587 | 0,423 | Valid | Diambil | 12 | 14 |
| | 19 | 0,695 | 0,423 | Valid | Diambil | 19 | 15 |
| | 26 | 0,651 | 0,423 | Valid | Diambil | 26 | 16 |
| | 33 | 0,351 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 40 | 0,397 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| Menguasai sesuatu | 6 | 0,656 | 0,423 | Valid | Diambil | 6 | 17 |
| | 13 | 0,550 | 0,423 | Valid | Diambil | 13 | 18 |
| | 20 | 0,041 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 27 | 0,632 | 0,423 | Valid | Diambil | 27 | 19 |
| | 34 | 0,580 | 0,423 | Valid | Diambil | 34 | 20 |
| | 41 | 0,411 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| Memperoleh sensasi stimulasi pengalaman | 7 | 0,716 | 0,423 | Valid | Diambil | 7 | 21 |
| | 14 | 0,581 | 0,423 | Valid | Diambil | 14 | 22 |
| | 21 | 0,438 | 0,423 | Valid | Diambil | 21 | 23 |
| | 28 | 0,023 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |
| | 35 | 0,497 | 0,423 | Valid | Diambil | 35 | 24 |
| | 42 | 0,107 | 0,423 | Tidak Valid | Dibuang | | |

b. Uji Reabilitas

Setelah mencari hasil validitas langkah selanjutnya yang harus penulis lakukan adalah mencari realibilitas dari instrumen yang sudah disebar, sehingga instrumen tersebut dapat menghasilkan data yang terpercaya, maka harus memiliki reliabilitas yang baik, menurut Matondang, Z. (2009, hlm 93) reabilitas adalah “berasal dari kata *reliability* berarti sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya”.

Perhitungan koefisien reliabilitas instrumen menggunakan program SPSS 24 dengan model alpha. Untuk mengetahui reliabilitas internal ada bermacam-macam cara. Uji reabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan bantuan SPSS 24 for Windows Evaluation Version. Didapat koefisien alpha kuisioner motivasi berlatih sebesar 0,727. Koefisien tersebut termasuk dalam kategori tinggi sehingga dapat digunakan untuk mengambil data penelitian.

Hasil perhitungan dengan rumus diatas akan diinterpretasikan dengan tingkat keterandalan dari instrument dengan patokan dari Arikunto, S. (2003, hlm 75) sebagai berikut:

Tabel 3.4.
Interpretasi Koefisien Reliabilitas Instrumen

| Koefisien Alpha | Interpretasi |
|------------------------|---------------------|
| Antara 0,8000-1,000 | Sangat tinggi |
| Antara 0,600-0,799 | Tinggi |
| Antara 0,400-0,599 | Cukup |
| Antara 0,200-0,399 | Rendah |
| Antara 0,000-0,199 | Sangat rendah |

3. Prosedur Pengolahan Data

Setelah data didapatkan, selanjutnya memberikan nilai pada tiap pernyataan dalam angket yang telah dijawab oleh responden dengan kriteria penilaian menggunakan skala Likert sebagai berikut :

1. Pertanyaan positif : Setuju = 3, ragu-ragu = 2, tidak setuju = 1
2. Pertanyaan negatif : Setuju = 1, ragu-ragu = 2, tidak setuju = 3
3. Mengelompokkan setiap butir pernyataan.
4. Menjumlahkan nilai seluruh pernyataan untuk setiap responden.
5. Menguji variansi dari setiap soal.
6. Menguji validitas dan reabilitas angket.
7. Analisis data dari hasil pengamatan angket menggunakan analisis korelasi signifikansi.

F. Analisis Data

Data yang diperoleh dari hasil pengukuran merupakan data mentah, sehingga perlu pengolahan data untuk dibakukan. Data tersebut dapat diolah dan diteliti oleh peneliti sehingga mendapatkan jawaban diterima atau ditolaknya suatu hipotesis. Dalam menganalisis data hasil penelitian, peneliti menggunakan bantuan program SPSS versi 24. Adapun langkah-langkah yang dilakukan adalah:

- a. Uji deskriptif
- b. Uji normalitas
- c. Uji hipotesis