

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Dalam suatu penelitian membutuhkan suatu metode penelitian. Metode penelitian adalah suatu cara atau teknik yang digunakan untuk memecahkan masalah dalam sebuah penelitian. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif menggunakan desain penelitian eksperimen *Randomized Pretest-Posttest Control Group Design*. Penelitian eksperimen adalah metode ilmiah yang membutuhkan waktu yang lama. Karena peneliti memberi treatment kepada sample dan kemudian mempelajari efeknya. Seperti yang dikatakan oleh (Jack R. Fraenkel, 1932) Penelitian eksperimental adalah salah satu penelitian paling kuat metodologinya yang dapat digunakan peneliti. Dalam sebuah studi eksperimental, peneliti melihat efek dari hasil treatment sebuah penelitian. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *speed*, *agility*, dan *quickness* terhadap kecepatan dribble anak U-10 tahun pada cabang olahraga futsal.

Desain ini menggunakan *Randomized Pretest-Posttest Control Group Design* Berikut ini desainnya:

Kelompok	Pretes	Perlakuan	Postes
Eksperimen	O ₁	X	O ₂
Kontrol	O ₁	-	O ₂

Gambar 3.1 Desain Penelitian

Keterangan :

1. O₁: Pretest
2. X: Treatment (*SAQ*)
3. O₂: Posttest

3.2 Partisipan

Penelitian ini melibatkan anak laki-laki usia 10 tahun yang tinggal di daerah KOF 17 Jl. Sari Asih 1 No. 17 Sarijadi Bandung. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 18 orang sample dan 4 orang petugas yang membantu pengambilan data dilapangan.

3.3 Populasi dan Sampel

Menurut (Jack R.Fraenkel, 1932) Kelompok besar yang menjadi subjek penelitian yang mana berharap untuk menerapkan hasilnya disebut populasi, sedangkan Menurut (Sari, 2014) yang mengatakan bahwa “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi”. Dalam penelitian ini populasi yang diteliti adalah anak-anak usia 10 tahun di daerah KOF 17 Jl. Sari Asih Bandung.

Sampel merupakan bagian dalam sebuah populasi (Jack R.Fraenkel, 1932). Peneliti mengambil sampel anak-anak usia 10 tahun di daerah KOF Jl. Sari Asih Bandung sebanyak 18 orang.

Teknik sampling menurut (Hadi Sutarto, 2014) adalah cara untuk menentukan sampel yang jumlahnya sesuai dengan ukuran sampel yang akan dijadikan sumber data sebenarnya, dengan memperhatikan sifat-sifat dan penyebaran populasi agar diperoleh sampel yang representative. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *total sampling*. Sebagai mana yang telah dijelaskan oleh (Ary Wirajaya, 2013) *total sampling* adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Maka dari itu jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu anak laki-laki usia 10 tahun sebanyak 18 orang.

3.4 Instrumen Penelitian

Untuk menghasilkan data pada penelitian ini dibutuhkan alat pengumpul data (instrumen). Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam suatu penelitian. Data yang terkumpul dengan menggunakan suatu instrumen akan

dideskripsikan dan dilampirkan atau digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam suatu penelitian (Basrah, 2014).

Instrument yang digunakan untuk pada penelitian ini mengadopsi jurnal (Milanović, Sporiš, Trajković, James, & Šamija, 2013) yang berjudul “*Effects of a 12 Week SAQ Training Programme on Agility with and without the Ball among Young Soccer Players*” dan jurnal (Russell, Benton, & Kingsley, 2010) yang berjudul “*Reliability and construct validity of soccer skills tests that measure passing, shooting, and dribbling*”

3.4.1 Sprint 20 m

Untuk mengetahui kecepatan atau speed seseorang perlu dilakukan tes yang cepat, seperti sprint atau lari sejauh 20 meter dengan mendribble bola. Tes ini dilakukan untuk mengetahui kecepatan dari anak-anak usia 10 tahun.



Gambar 3.2 Sprint 20 meter dengan bola

Alat Yang Digunakan dalam tes sprint 20m yaitu

- 1) Cones
- 2) Meteran
- 3) Stopwatch

Prosedur Pelaksanaan Tes

- 1) Sampel melakukan pemanasan terlebih dahulu
- 2) Sampel siap berdiri di belakang garis start.
- 3) Dengan aba-aba “siap”, sampel siap berlari dengan start berdiri.
- 4) Dengan aba-aba “ya”, sampel berlari secepat-cepatnya dengan membawa atau menggiring bola menempuh jarak 20 meter sampai melewati garis akhir.
- 5) Kecepatan lari dihitung dari saat aba-aba “ya”.
- 6) Tes dilakukan dua kali. Pelari melakukan tes berikutnya setelah berselang minimal satu pelari. Kecepatan lari yang terbaik yang dihitung.

3.4.2 *Slalom Test dengan Bola*

Tes ini dilakukan untuk mengetahui waktu kelincahan atau agility anak-anak usia 10 tahun untuk dribble slalom.



Gambar 3.3 Slalom dengan bola

Alat Yang Digunakan dalam slalom tes dengan bola yaitu:

- 1) Cones
- 2) Meteran
- 3) Stopwatch

Aditya Nur Fauzan, 2019

PENGARUH SAQ TERHADAP KECEPATAN DRIBLE PADA ANAK USIA
10TAHUN CABANG OLAHRAHGA FUTSAL

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

4) Bola futsal

Prosedur Pelaksanaan Tes

- 1) Sampel siap berdiri dengan bola di kakinya di belakang garis start
- 2) Ketika aba-aba “ya” sampel mulai menggiring bola sesuai arah cones yang telah ada, dimulai dari arah kiri ke kanan.
- 3) Sampel menggiring bola secepat mungkin dengan melewati 7 cones yang telah tersedia
- 4) Kecepatan lari dihitung dari saat aba-aba “ya”.
- 5) Tes dilakukan dua kali. Pelari melakukan tes berikutnya setelah berselang minimal satu pelari. Kecepatan lari yang terbaik yang dihitung.

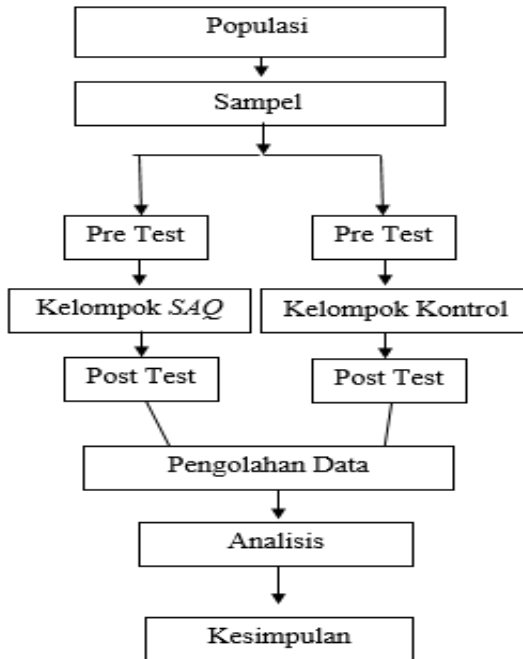
3.5 Prosedur Penelitian

Langkah- langkah dalam melakukan penelitian ini adalah sebagai berikut: pertama-tama dengan mencari populasi di daerah KOF 17 Jl. Sari Asih 1 No. 17 Sarijadi Bandung, kemudian mencari populasi, kemudian setelah mencari populasi maka peneliti mencari sampel yang akan dipakai. Selanjutnya, pengumpulan data dengan cara mengambil data *pre-test* dari *sprint* 20m dengan bola dan *slalom test* dengan bola dan tanpa bola anak usia 10 tahun. Setelah itu memberi *treatment* selama 12 kali pertemuan. Dan setelah selesai *treatment* dilakukan test akhir atau *post-test* untuk melihat apakah terdapat peningkatan hasil tes dari *pre-test* ke *post-test*. Cara menilainya dengan mengadopsi jurnal yang dibuat oleh Goran Sporis, Zoran Milanovic, Nebojsa Trajkovic, dan Aleksandar Joksimovic (2011) yang berjudul “*Correlation Between Speed, Agility and Quickness (SAQ) in Elite Young Soccer Players*”. Lalu masuk pada pengolahan data dan menganalisis data yang sudah di dapat, kemudian mengambil kesimpulan dari semua alur penelitian.

No	Latihan	Repetisi	Rest
1	Warming Up		
	Statis	-	-
	Dinamis	-	-
	Jogging	-	-
2	Latihan Inti		
	Speed (sprint 30m)	2x	DN awal
	Agility (zigzag run)	2x	DN awal
	Quickness (sprint 10m)	2x	DN awal
3	Cooling down		

Gambar 3.4 *Treatment SAQ*

Dan setelah selesai *treatment* dilakukan tes akhir atau posttest untuk melihat apakah terdapat peningkatan hasil tes dari pretest ke posttest. Cara menilainya dengan mengadopsi jurnal yang dibuat oleh (Sporiš, Milanovi, Trajkovi, & Joksimovi, 2011) yang berjudul “*Correlation Between Speed, Agility, and Quickness (SAQ) in Elite Young Soccer Players*”. Lalu masuk dalam pengolahan data dan menganalisis data yang sudah didapat, kemudian mengambil kesimpulan dari seluruh awal penelitian.



Gambar 3.5 Langkah Penelitian

Ketika data sudah didapatkan maka, selanjutnya adalah mengolah data dengan menggunakan *SPSS*. Dan setelah itu mencari pengaruh *speed*, *agility*, dan *quickness* terhadap kecepatan dribbling anak usia 10 tahun.

3.6 Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan *Paired Sample T Test*. *Paired Sample T Test* digunakan untuk membuktikan apakah terdapat pengaruh antara sebelum dan sesudah treatment dilakukan. Syarat yang pertama untuk melakukan pengolahan data dilakukan uji normalitas terlebih dahulu, jika data normal $>0,05$ maka selanjutnya dilakukan uji homogenitas dan uji hipotesis.

Aditya Nur Fauzan, 2019

PENGARUH SAQ TERHADAP KECEPATAN DRIBLE PADA ANAK USIA
10TAHUN CABANG OLAHRAHGA FUTSAL

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

1) Uji Normalitas

Peneliti menggunakan uji normalitas ini adalah untuk mengetahui normal tidaknya suatu distribusi data. Hal ini penting diketahui berkaitan dengan ketepatan pemilihan uji statistik yang akan dipergunakan. Penulis menggunakan uji normalitas dengan metode *Kolmogorov-Smirnov*.

Jika nilai Sig (p) > 0,05 maka distribusi data normal.

Jika nilai Sig (p) < 0,05 maka distribusi data tidak normal.

2) Uji Homogenitas

Ketika data bersifat normal, maka syarat selanjutnya adalah melakukan uji homogenitas. Penulis menggunakan uji homogenitas dengan menggunakan *Levene Statistic*.

Jika nilai Sig (p) > 0,05 maka distribusi data homogen.

Jika nilai Sig (p) < 0,05 maka distribusi data tidak homogen.

3) Uji Hipotesis

Selanjutnya dilakukan uji hipotesis menggunakan uji parametrik *paired sampel t-test*. Dimana uji ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh atau tidak antara hasil data *pre-test* dan *post-test*. pengambilan keputusan uji ini, sebagai berikut:

Jika nilai Sig (p) > 0,05 maka H_0 diterima atau dinyatakan tidak terdapat pengaruh

Jika nilai Sig (p) < 0,05 maka H_0 ditolak atau dinyatakan terdapat pengaruh.