

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen, yaitu dengan memberikan perlakuan kepada subjek dengan *Small Sided Games*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari suatu perlakuan atau *treatment* yang dikenakan pada subjek. Menurut Fraenkel, Wallen, & Hyun (2013) menjelaskan "*In an experimental study, researchers look at effect(s) of at least one independent variable on one or more dependent variables.*" Artinya adalah penelitian eksperimen untuk meneliti adanya hubungan sebab akibat dari perlakuan yang diberikan.

3.2 Desain penelitian

Desain Penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan *Factorial Design Factorial Designs* memperluas jumlah hubungan yang dapat diperiksa dalam penelitian eksperimen. Pada dasarnya desain faktorial memodifikasi dari kelompok *control posttest-only* atau desain kelompok *control pretest-posttest* (dengan atau tanpa tugas acak), yang memungkinkan adanya penyelidikan variabel tambahan. Nilai lain dari desain faktorial adalah memungkinkan peneliti untuk mempelajari interaksi variabel independen dengan satu atau lebih variabel lain, yang disebut dengan variabel moderator. Variabel moderator ini dapat berupa variabel perlakuan atau variabel karakteristik subjek (Fraenkel et al., 2012). Dengan demikian desain penelitian ini menggunakan menggunakan faktorial 2x2. Berikut ini adalah gambaran mengenai faktorial tersebut:

Tabel 3.1 Desain faktorial 2X2

| TINGKAT MOTOR EDUCABILITY | BENTUK LATIHAN | |
|---|----------------------------------|----------------------|
| | <i>Small-Sided Games</i> (A1) | Latihan Coerver (A2) |
| Tingkat Motor <i>Educability</i> Tinggi (B1) | A1B1 | A2B1 |

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

| | | |
|--|------|------|
| Tingkat <i>Motor Educability</i> Rendah (B2) | A1B2 | A2B2 |
|--|------|------|

(Ary et al., 2010)

Keterangan:

A1 : Latihan SSG

A2 : Latihan Coerver

A1B1 : Kelompok Dengan Latihan SSG A1 Dengan Tingkat *Motor Educability* Tinggi (B1)A1B2 : Kelompok Dengan Latihan SSG A1 Dengan Tingkat *Motor Educability* Rendah (B2)A2B : Kelompok Dengan Latihan Coerver A2 Dengan Tingkat *Motor Educability* Tinggi (B1)A2B2 : Kelompok Dengan latihan Coerver A2 Dengan Tingkat *Motor Educability* Rendah (B2)

Tabel 3.2 Pengelompokan sampel eksperimen

| Kelompok | Jenis perlakuan | Sampel |
|----------|--|--------|
| A1B1 | kelompok pemain SSB yang memiliki <i>motor educability</i> tinggi diberikan perlakuan dengan metode latihan SSG. | 5 |
| A2B1 | kelompok pemain SSB yang memiliki <i>motor educability</i> tinggi diberikan perlakuan dengan metode latihan <i>Coerver</i> . | 5 |
| A1B2 | kelompok pemain SSB yang memiliki <i>motor educability</i> rendah diberikan perlakuan dengan metode latihan SSG. | 5 |
| A2B2 | kelompok pemain SSB yang memiliki <i>motor educability</i> rendah diberikan perlakuan dengan metode latihan <i>Coerver</i> . | 5 |

Berikutnya, penelitian akan dilakukan dengan prosedur sebagai langkah-langkah untuk melakukan penelitian, kegunaan langkah tersebut, dilakukan oleh peneliti agar penelitian terlaksana sistematis sesuai dengan kaidah penelitian, lainnya agar penelitian dapat terlaksana efisien

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

dan efektif untuk memudahkan menyelesaikan dari studi kasus yang diajukan untuk diteliti. Langkah-lahkan tersebut terdiri dari melakukan *Pretest* (Tes Awal), *Treatment* (Perlakuan), dan tes *akhir* (Tes Akhir). Adapun penjelasan uraian tersebut :

1) *Pretest* (Tes Awal)

Pretest dilakukan sebelum siswa akademi Inspire FC diberikan perlakuan untuk melihat keterampilan bermain sepak bola awal. *Pretest* menggunakan alat ukur GPET (*Games Peformance Evaluation Tool*).

2) *Treatment* (Perlakuan)

Perlakuan yang diberikan kepada sampel berupa pemberian program latihan metode latihan SSG terhadap kelompok yang memiliki tingkat *Motor Educability* tinggi dan kelompok yang memiliki tingkat *Motor Educability* rendah. Kemudian untuk metode latihan *Coerver* pun di berikan terhadap kelompok yang memiliki tingkat *Motor Educability* tinggi dan kelompok yang memiliki tingkat *Motor Educability* rendah.

3) *Posttes* (Tes Akhir)

Langkah selanjutnya setelah sampel diberikan perlakuan dengan metode latihan SSG maka dilakukan *Posttest* untuk mengetahui dampak adanya perlakuan pada sampel sehingga dapat dilihat sejauh mana perkembangan yang terjadi dengan menggunakan GPET untuk mengetahui keterampilan bermain. Segala kegiatan dari tes awal sampai tes akhir dinilai dengan sistem *After Recording* sehingga segala aktifitas dapat di nilai.

3.3 Lokasi, populasi, dan sampel penelitian

A. Lokasi

Lokasi yang akan dijadikan lokasi penelitian adalah Akademi Inspire FC Bandung Barat dengan lokasi tempat latihan yaitu lapangan Akademi sepakbola Inspire FC, yang bertempat di jalan Sersan Bajuri km 4,5, kompleks graha puspa, Cihideung Parongpong Kab Bandung Barat.

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

B. Populasi

Populasi merupakan sekelompok objek yang menjadi sasaran dalam suatu penelitian atau dengan kata lain merupakan keseluruhan dari objek penelitian. Fraenkel, Wallen & Hyun (Fraenkel et al., 2012) menyatakan bahwa *"The population, in the other word, is the group of interest to the researcher, the group to whom the researcher would like to generalize the result of the study"*. Berkaitan dengan hal tersebut maka populasinya yaitu anggota Akademi Inspire FC dengan rentang usia 12-14 tahun.

C. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik populasi. Yang akan dipelajari dari sampel akan di berlakukan pada populasi. Sampel yang diambil dari populasi harus *representative* (mewakili). Sampel pada penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik sampling yang digunakan peneliti jika penelitian mempunyai pertimbangan-pertimbangan tertentu di dalam pengambilan sampelnya atau penentuan sampel untuk tujuan tertentu. Artinya metode sampel melibatkan pengambilan pilihan dari populasi yang representatif dan menggunakan data yang dikumpulkan sebagai informasi penelitian (Latham, 2007). Sampel adalah "subkelompok populasi". Menurut pendapat tersebut sampel yang diambil harus benar-benar bisa mewakili dari populasi yang ada agar diakhir tidak membuat kesimpulan yang kurang tepat. Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah siswa akademi Inspire Fc yang berjumlah 20 orang semuanya berjenis kelamin laki-laki yang berusia rata-rata 14 tahun, sampel ini bukan pemain pemula melainkan pemain yang sudah memiliki keterampilan dasar dan kemampuan untuk bermain sepak bola hal ini untuk membantu memudahkan peneliti dalam proses penelitian.

Cara penarikan sampel, dari semua populasi yang ada diberikan terlebih dahulu tes *Motor Educability*, kemudian setelah nilai tes didapatkan maka langkah selanjutnya merangking nilai siswa selanjutnya membagi kelompok sampel merujuk dari Verducci (James & Tangkudung,

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

2015) dengan cara pembagian 27% kelompok atas dan 27% kelompok bawah, siswa yang tidak termasuk kedalam kelompok sampel akan dikembalikan ke populasi. Sejalan dengan pernyataan di atas dikutip dari Nurhasan (2001: 129) bahwa “jika peserta dalam jumlah besar, maka kelompok divisi kelompok atas dan kelompok bawah diambil dari 27% dari siswa yang memiliki skor tinggi sebagai kelompok atas dan 27% lainnya dari siswa memiliki skor rendah sebagai kelompok bawah.” Dari kelompok 27% atas dengan tingkat *Motor Educability* tinggi akan dibagi kedalam 2 kelompok latihan yaitu SSG dan *Coerver*, begitupun dengan kelompok kelompok 27% bawah dengan tingkat *Motor Educability* rendah akan dibagi ke dalam 2 kelompok latihan yaitu SSG dan *Coerver*.

Tes yang akan dilakukan adalah tes *Motor Educability*

1. *One Foot-Touch Head* (Sumber, Nurhasan. 2007)

Siswa berdiri pada kaki kiri. Membengkok kedepan dan letakan kedua tangan pada lantai. Angkatlah kaki kanan lurus kebelakang. Sentuhkan kepala pada lantai dan akhirnya kembali bersikap berdiri dengan tanpa kehilangan keseimbangan.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Tidak menyentuh kepala kepada lantai.
- b. Kehilangan keseimbangan.
- c. Kaki kanan menyentuh lantai.

2. *Side Learning Rest*

Duduk berlunjur, kedua kaki rapat, letakan lengan kanan pada lantai dibelakang tubuh, kemudian miringlah kekanan sehingga tubuh terangkat dan bertumpu pada tangan dan kaki kanan, angkatlah kaki dan tangan kiri, serta usakan tetap dalam sikap demikian sampai hitungan kelima.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Tidak bersikap sebagaimana seharusnya.

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

- b. Tidak mampu melakukan sampai hitungan kelima.

3. *Graspevine*.

Berdiri dengan kedua tumit rapat, membongkok kedepan, surukan/masukan kedua belah tangan diantara kedua lutut, sehingga kedua tangan berada dibelakang pergelangan-pergelangan kaki, akhirnya jari-jari tangan saling berkaitan dimuka pergelangan kaki, pertahankan sikap ini sampai 5 detik.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Kehilangan keseimbangan
- b. Kedua tangan tidak melingjkari kedua pergelangan kaki dan jari2 tidak saling berkaitan didepan pergelangan kaki (tidak sampai).
- c. Tidak dilakukan dalam jangka waktu 5 detik.

4. *One Knee Balance*

Menoleh kekanan, berlutut dengan kaki sebelah sedangkan kaki yang lain diangkat lurus kebelakang, luruskan atau rentangkan kedua belah tangan disamping setinggi bahu, tinggal tetap sikap itu selama 5 hitungan.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Menyentuh lantai dengan bagian badan selain lutut dan ujung kaki tumpu.
- b. Kehilangan keseimbangan.

5. *Strok Stand*

Berdiri pada kaki kiri, letakan telapak kaki kanan pada lutut kaki kiri sebelah dalam, kedua tangan bertolak pinggang, pejamkan mata dan pertahankan sikap ini selama 10 detik, dengban tanpa memindahkan kaki kiri dari tempat semula.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Kehilangan keseimbangan.

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

- b. Melepaskan telapak kaki kanan dari lutut kaki kiri.
- c. Membuka mata dan melepas tangan dari pinggang.

6. Melompat keatas dan selama itu menepukan kedua kaki dua kali, serta berdiri tegak kembali dengan kaki kangkang yang sekenanya.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Kedua kaki tidak bertepuk kedua kali.
- b. Waktu jatuh kedua kaki saling bersentuhan.

7. *Cross Leg Squot*

Lipat kedua tangan didada, silangkan kedua kaki kemudian duduk dengan sikap bersila, Akhirnya berdirilah dengan tidak melepaskan lipatan tangan dan silangan kaki.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Kehilangan keseimbangan.
- b. Tangan tidak tetap berlipat di dada.
- c. Tidak mampu berdiri.

8. Berdiri dengan kaki rapat, lompat keatas dan berputar ke kiri 360 derajat, usahakan terjatuh pada tempat semula, jagalah keseimbangan dan sesudah menyentuh lantai jangan sampai kaki kiri berpindah tempat.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Tidak berputar 360 derajat.
- b. Setelah jatuh kaki berpindah tempat.
- c. Kehilangan keseimbangan.

8. *One Knee Head to Floor*

Berlutut dengan kaki sebelah, sedangkan kaki yang lain diangkat lurus-lurus kebelakang dengan tanpa menyentuh lantai kedua tangan rentangkan ke samping setinggi bahu, bongkokan tubuh kedepan, sehingga kepala mengenai lantai kembali ke sikap semula dengan keseimbangan.

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Menyentuh lantai dengan bagian tubuh selain kepala dan lutut dari kaki tumpu.
- b. Kehilangan keseimbangan
- c. Tidak menyentuh kepala ke lantai.

9. *Hop Backward*

Berdiri dengan kaki sebelah dengan mata tertutup melompat kebelakang lima kali.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Membuka mata.
- b. Kaki yang diangkat menyentuh lantai.

10. *Forward Hand Kick*

Melompat tinggi-tinggi, ayunkan kedua kaki ke depan (lutut lurus) bungkukan badan kedepan dan sentuhkan kedua ujung jari kaki dengan kedua tangan sebelum lompatan terakhir.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Tidak menyentuh kedua ujung jari kaki sewaktu di udara.
- b. Membungkukan lututnya lebih dari 45 derajat.

11. *Full Squat-Arm Circle*

Sikap jongkok, kedua tangan kesamping setinggi bahu, kedua lengan diputar-putar membuat lingkaran yang bergaris tengah kurang lebih 30 cm, dan bersamaan dengan latihan itu tubuh diturun naikan, lakukan sampai 10 hitungan.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Memindahkan kaki.
- b. Kehilangan keseimbangan dan jatuh.

12. *Half-Turn Jump-Left Foot.*

Berdiri pada kaki kiri, melompat dan berputar 180 derajat ke kiri.

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

Dinyatakan gagal apabila.

- a. Kehilangan keseimbangan
- b. Gagal dalam usahanya membuat putaran 180 derajat ke kiri.
- c. Kaki kanan menyentuh lantai

13. *Side Kick*

Ayunkan kaki ke sebelah kiri dan bersamaan dengan itu melompat-lompat keatas dengan tumpuan kaki kanan, sentuhkan kedua kaki di udara, kedua kaki waktu bersentuhan harus segaris dan sejajar serta disebalah pundak kiri, jatuh dengan kaki kangkang.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Kaki kiri tidak cukup diayun
- b. Tidak menyentuh kedua kaki di udara.
- c. Jatuh tidak dengan kaki kangkang.

14. *Knee Jump to Feet*

Berlutut dengan kedua kaki dengan sikap kura-kura dan ujung jari kaki yang berkuku mengenai lantai. Ayunkan kedua lengan dan melompat keatas dengan tanpa mengubah sikap ujung kaki terlebih dahulu, sampai berdiri tegak.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Mengubah sikap ujung-ujung jari kaki.
- b. Tidak nyata-nyata bahwa melompat dan berdiri dengan tidak stabil.

15. *Rusian Dance*

Jongkok, luruskan keadaan kaki yang sebelah, lakukan tarian rusia dengan jalan sedikit melompat dan sekaligus bertukar kaki, luruskan sampai 4 kali sehingga tiap-tiap kaki mendapat giliran 2 kali, tumit kaki yang diluruskan ke depan boleh tersentuh lantai sedangkan tumit kaki yang dilipat harus mengenai pantat.

Dinyatakan gagal apabila :

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- a. Kehilangan keseimbangan.
- b. Masing-masing kaki tidak melakukan 2 kali latihan.

16. *Full Right Turn*

Berdiri dengan kaki rapat, lompat keatas dan berputar ke kanan 360 derajat, usahakan terjatuh pada tempat semula, jagalah keseimbangan dan sesudah menyentuh lantai jangan sampai kaki kiri berpindah tempat.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Tidak berputar 360 derajat.
- b. Setelah jatuh kaki tidak berpindah tempat.
- c. Kehilangan keseimbangan.

17. *The Top*

Duduk bersila, kedua tangan melingkari kedua lutut, tangan kanan memegang pergelangan kaki kiri dan sebaliknya tangan kiri memegang pergelangan kaki kanan, dengan cepat berguling ke kanan, dengan jelas pertama menempatkan berat badan pada lutut kaki kanan, kemudian bahu kanan, lalu punggung, terus ke bahu sebelah kiri, barulah ke lutut kaki kiri, yang akhirnya duduk menghadap berlawanan dengan arah semula, ulangi latihan ini sekali lagi, sehingga duduk menghadap searah dengan sikap semula.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Pegangan pada pergelangan kaki terlepas.
- b. Putaran tidak dilakukan dengan lengan sempurna.

18. *Single Squat Balance*.

Jongkok dengan kaki sebelah, kaki yang lain diluruskan ke depan dengan tanpa menyentuh lantai, kedua tangan di pinggang, kuasailah sikap ini sampai hitungan kelima.

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Tangan tidak di pinggang lagi.
- b. Kaki yang lurus ke muka mengenai lantai.
- c. Kehilangan keseimbangan.

19. *Jump Foot*.

Berdiri pada sebelah kaki, ibu jari di pegang oleh tangan yang berlawanan, di muka tubuh, lompat keatas dan usahakan kaki yang bebas melompat kaki yang dipegang dengan tanpa melepaskan pegangannya.

Dinyatakan gagal apabila :

- a. Pegangan terlepas.
- b. Tidak melompati kaki yang dipegang.

Ketentuan penilaian adalah sebagai berikut :

- a) Jika berhasil pada kesempatan 1 = Nilai 2
- b) Jika berhasil pada kesempatan II = Nilai 1
- c) Jika gagal = Nilai 0

Skor akhir adalah hasil penjumlahan dari total keseluruhan tes *motor educability*. Dari pengumpulan hasil tes tersebut, maka dapat ditentukan (1) testee yang memiliki tingkat *motor educability* tinggi, dan (2) testee yang memiliki tingkat *motor educability* rendah. Dasar untuk menentukan batas tinggi rendahnya tingkat *motor educability* adalah dari perhitungan rangking dari data yang terkumpul.

3.4 Definisi Operasional

Jika dilihat dari sudut pandang penafsiran seseorang terhadap suatu istilah itu berbeda-beda. Untuk menghindari kesalahan pengertian tentang istilah-istilah dalam penelitian ini, maka penulis akan menjelaskan dan menjabarkan satu-persatu istilah tersebut, diantaranya sebagai berikut:

1) Sepak bola

Menurut Sucipto (2000, hlm. 7) menyatakan bahwa, "sepak bola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan”.

2) *Small-Sided Games (SSG)*

SSG adalah metode latihan yang dimainkan di area lapangan yang dikurangi, sering menggunakan aturan yang dimodifikasi dan melibatkan lebih sedikit pemain daripada sepakbola tradisional (Hill-Haas, Dawson, Impellizzeri, & Coutts, 2011).

3) *Coerver Coaching*

Coerver Coaching adalah program pelatihan komprehensif untuk pemain muda yang mengajarkan keterampilan individu dan permainan tim untuk anak laki-laki dan perempuan dengan program untuk pemain dari segala usia dan kemampuan (“About soccer education | Coerver Coaching,” 2018).

4) *Motor Educability* dalam Sepak bola

Motor Educability adalah kemampuan seseorang untuk mempelajari gerakan yang baru (*new motor skill*), kualitas potensial *motor educability* akan memberikan gambaran mengenai kemampuan seseorang dalam mempelajari gerakan-gerakan yang baru akan lebih muda. Makin tinggi tingkat potensial *educabilitynya*, berarti derajat penguasaan terhadap gerakan-gerakan yang baru makin mudah. (Nurhasan & Cholil, 2007 hlm. 142-149)

3.5 Instrumen penelitian

Instrumen didefinisikan sebagai alat ukur yang digunakan dalam penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur variabel yang diamati (Sugiyono, 2007 : 148). Menurut Suharsimi Arikunto (2002:136) instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan lebih baik. Dalam penelitian, instrumen penelitian merupakan suatu alat ukur yang digunakan untuk memperoleh suatu data. Untuk memperoleh

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

data yang akurat maka harus ada alat ukur yang baik. Setiap perangkat untuk mengumpulkan data secara sistematis, seperti tes, kuesioner, atau jadwal wawancara (Fraenkel et al., 2013). Analisis kinerja adalah disiplin ilmu olahraga yang tumpang tindih dengan fisiologi, ilmu pelatihan, psikologi, identifikasi bakat dan kedokteran olahraga karena fakta bahwa penyelidikan analisis kinerja menganalisis beberapa aspek kinerja, apakah itu fisik, taktis, teknis atau perilaku (Gratton, 2014). Penelitian ini menggunakan instrumen GPET.

3.5.1 GPET (Game Performance Evaluation Tool).

GPET adalah instrumen yang menilai kinerja game dari sudut pandang taktis, penilaian keputusan dan mengeksekusi sesuai dengan masalah yang harus diselesaikan oleh subyek taktis (López, Villora, Gutiérrez, & Serra, 2012). Dua peran dinilai penyerang yang menguasai bola dan penyerang tidak menguasai bola. GPET menilai kinerja game di dua level yang berbeda dengan Kriteria umum sebagai berikut:

A. Penyerang yang menguasai bola:

1. Mempertahankan penguasaan bola. Tidak ada kemungkinan menembak ke gawang dan ada risiko tinggi kehilangan bola:

Penyerang yang menguasai bola tidak memiliki peluang untuk berlari dengan bola atau menggiring bola sebagai cara menyerang karena bek langsung diposisikan dengan baik dan, di samping itu:

- a. Tidak ada rekan satu tim tanpa penjagaan yang lebih dekat ke tujuan.
- b. Ada rekan setim yang diposisikan lebih jauh ke depan tetapi mereka tidak dijaga.
- c. Ada satu atau lebih penyerang satu tim lebih jauh ke depan dan tidak dijaga tetapi operan mungkin tidak mencapai mereka karena tidak ada sudut yang cocok untuk dilewati.

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

2. Menyerang gawang ke lawan. Tidak ada peluang menembak ke gawang, tetapi pemain bisa menyerang tanpa resiko besar kehilangan bola:
 - a. Ketika ada rekan setim lebih jauh ke depan dan dalam posisi yang lebih baik, serangan harus dilanjutkan dengan mengoperkan bola, bahkan jika tidak ada peluang untuk menembak ke gawang.
 - b. Ketika tidak ada rekan setim yang maju lebih jauh dan berlari dengan bola / menggiring bola adalah pilihan terbaik untuk menyerang, karena tidak ada lawan langsung atau ada bek tetapi mereka berada di luar posisi atau sedikit pemain bertahan. Menyerang tetapi tidak ada kesempatan untuk menembak ke gawang.
3. Mencetak goal. Setiap kali ada kesempatan untuk menembak atau mengarah ke gawang, kecuali ketika:
 - a. Menendang ke gawang bukanlah pilihan yang cocok karena jarak dari gawang terlalu besar atau sudutnya terlalu sempit.
 - b. Ada rekan satu tim yang lebih baik ditempatkan untuk menembak ke gawang.
 - c. Penyerang yang menguasai bola dapat mengurangi jarak ke gawang atau meningkatkan sudut tembakan untuk meningkatkan peluang tembakan yang lebih sukses, tanpa melibatkan resiko kehilangan bola.

B. Penyerang yang tidak menguasai bola

1. Mempertahankan penguasaan bola :
 - a. Penyerang pemegang bola berada dalam situasi di mana mereka mungkin kehilangan penguasaan bola dan penyerang yang tidak menguasai bola harus lari dari bola untuk mendukung mereka.

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

- b. Mereka bergerak ke posisi di belakang penyerang bola untuk memberikan dukungan defensif.

2. Menyerang ke tim lawan :

- a. Ada ruang kosong yang bisa digunakan penyerang yang tidak menguasai bola untuk berada di antara posisi penyerang dan gawang lawan.
- b. Jika bola dekat dengan garis keluar dan penyerang yang tidak menguasai bola bergerak ke ruang lebih jauh dari gawang tetapi mencari posisi yang ideal untuk menembak.

Setelah analisis konteks (prinsip situasi), kesesuaian respons subjek terhadap konteks tersebut dinilai, yang telah disebut prinsip penerapan. Sebagai contoh, jika penyerang di bola berada dalam posisi mencetak yang jelas, prinsip situasi mereka adalah mencetak angka. Jika mereka menembak dalam konteks ini, mereka menerapkan prinsip mencetak angka, tetapi jika mereka memutuskan untuk mengoper bola ke rekan setim yang berada di belakang mereka, yang memulai gerakan lagi, mereka menerapkan prinsip mempertahankan bola. Dalam contoh pertama dianggap bahwa subjek telah membuat respons yang sesuai dan diberi kode 1. Dalam contoh kedua subjek tidak membuat respons yang sesuai dengan konteks dan diberi kode 0. Mengingat ambigu beberapa situasi game, kriteria untuk mengalokasikan prinsip aplikasi dijelaskan di bawah ini:

Penyerang yang menguasai bola:

1. Mempertahankan penguasaan bola :

- a. Pemain berlari dengan bola, menggiring bola atau memainkan umpan, meskipun mereka maupun pemain yang menerima umpan tersebut tidak bergerak lebih dekat ke tujuan (pada jarak yang lebih pendek dalam garis lurus dari gawang atau pada posisi yang bisa mereka cetak gol).

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

- b. Pemain tetap berada di tempat yang sama sambil bermain satu-dua (ada bek dekat) atau tidak melakukan gerakan teknis teknis.
2. Menyerang ke gawang lawan. Pemain menempatkan atau akan menempatkan bola di posisi yang lebih dekat ke tujuan, baik melalui umpan atau dengan berlari atau menggiring bola dengan bola.
3. Mencetak goal: pemain menembak ke gawang dengan tujuan mencetak gol.

Penyerang yang tidak menguasai bola:

1. Mempertahankan penguasaan bola: pemain membuat umpan umpan (memberikan keseimbangan defensif) lebih dekat ke gawang mereka daripada bola atau bergerak ke area kosong atau sudah ada di ruang untuk menerima penguasaan bola di posisi yang lebih dekat ke gawang daripada posisi bola.
2. Menyerang ke gawang lawan: pemain bergerak ke area kosong atau sudah ada di ruang untuk menerima penguasaan bola di posisi yang lebih dekat ke gawang lawan daripada posisi bola atau bergerak ke area kosong atau ke segala arah untuk menerima umpan atau melakukan gerakan untuk membantu rekan setimnya menyerang.

Tabel 3.3
Prosedur pengkodean tingkat kedua GPET untuk penyerang pemegang bola, (López et al., 2012)

| |
|---|
| Kontrol |
| Dikodekan sebagai 1 |
| <ul style="list-style-type: none"> • Pemain menerima atau mengontrol bola dengan satu atau dua tangan / kaki untuk kemudian memainkannya (memantul / mengemudi, mengoper, menembak). |
| Dikodekan sebagai 0 |

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

- Pemain tidak mengontrol bola dan lari dari tangan / kaki mereka.

Pengambilan keputusan

Passing

Dikodekan sebagai 1

- Mengoperkan bola ke rekan satu tim yang tidak dijaga.

Dikodekan sebagai 0

- Mengoper bola kepada pemain yang dijaga dengan erat atau ada pemain defensif dalam posisi untuk memotong operan.
- Mengoperkan bola ke area lapangan di mana tidak ada rekan setimnya yang diposisikan.

Dribbling

Dikodekan sebagai 1

- Mengambil bola ke lini depan, meskipun tidak dijaga dengan cermat ke ruang kosong.
- Perubahan arah yang tepat dari bek (kanan atau kiri) ke area terbuka dari tempat asal.
- Pemain maju dengan memposisikan tubuh mereka di antara lawan dan bola untuk melindungi bola.

- Pemain tidak bergerak dan melindungi bola dengan tubuh mereka ketika bek menekan mereka, dan tidak memiliki opsi menyerang.

Dikodekan sebagai 0

- Diam.
- Menggiring bola saat ada rekan setim yang tidak dijaga dalam

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

posisi yang lebih baik.

- Seorang pemain berlari dengan bola di kaki mereka ketika lawan dekat dan memiliki peluang yang sangat baik untuk memenangkan bola.
- Seorang pemain berlari dengan bola di kaki mereka ketika lawan dekat dan tanpa melindungi bola dengan tubuh.
- Menggiring bola menjauh dari gawang, menggiring bola dengan bola tanpa maju atau menyerang pertahanan lawan.
- Pemain tidak bergerak dan tidak melindungi bola dengan tubuh mereka ketika bek menekan mereka, dan tidak ada opsi menyerang.

Penembakan

Dikodekan sebagai 1:

- Menembak ke gawang dari jarak yang cocok ketika tidak dijaga atau tidak di bawah tekanan.

Dikodekan sebagai 0:

- Menembak dari jarak yang terlalu jauh.
- Menembak saat bek menekannya.
- Menembak saat lebih baik mengoper ke rekan satu tim yang tidak terjaga di posisi yang lebih pas atau di posisi yang lebih baik untuk menembak.

Eksekusi

Passing

Dikodekan sebagai 1

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

- Umpan sukses ke rekan setim: ke tubuh mereka jika sedang tidak dijaga, mengoper kedepan jika sedang berlari.
- Panjang dan kecepatan yang sesuai.

Dikodekan sebagai 0

- Intersepsi.
- umpan terlalu sulit.
- Keluar dari permainan.
- umpan terlalu jauh di belakang atau di depan rekan satu tim.

Dribbling

Dikodekan sebagai 1

- Menyerang dengan bola berhasil.

Dikodekan sebagai 0

- Kehilangan kendali.
- Kehilangan bola karena melanggar aturan.
- Melakukan pelanggaran (pelanggaran ofensif).

Penembakan

Dikodekan sebagai 1

- Tembakan tepat sasaran, jauh dari gawang.

Dikodekan sebagai 0

- Tembakan target.
- Tembakan tepat sasaran, mudah ditangkap oleh kiper.

Tabel 3.4

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

Prosedur pengkodean tingkat kedua GPET untuk penyerang tidak memegang bola, (López et al., 2012)

Pengambilan keputusan

Mendukung

Keputusan yang tepat (1).

- Mengambil atau tetap dalam posisi tidak terjaga, pada jarak yang sesuai untuk menerima umpan dan dengan umpan sudut.
- Tipuan untuk menerima umpan, menciptakan sudut umpan.

Keputusan tidak tepat (0).

- Mengambil posisi dekat dengan lawan.
- Mengambil ruang di mana rekan setimnya akan menabrak bola.
- Pemain diincar atau sedang dijaga, dan tidak memungkinkan menerima umpan.
- Melakukan pelanggaran: pelanggaran ofensif, memasuki area terlarang (area penjaga gawang, offside), dll.
- Mengambil posisi di mana pemain yang akan mengumpan tidak bisa mengoper bola.

Eksekusi

Mendukung

Tindakan yang berhasil diselesaikan (1).

- Berhasil meninggalkan penjagaan tim lawan.
- Mengambil posisi yang tidak dijaga dengan kemungkinan menerima umpan.

Tindakan yang tidak berhasil diselesaikan (0).

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

- Pemain tidak dapat melepaskan penjagaan lawan.
- Tetap diam dan tidak membuat ruang untuk menerima umpan dari rekan setim saat ada kesempatan muncul.

Tabel 3.5
Lembar pengisian data (López et al., 2012)

| Unit pengambilan keputusan | | Penyerang menguasai bola | | | | Penyerang tidak menguasai bola | | |
|----------------------------|------|--------------------------|-----------------------|-----------|---------|--------------------------------|-----------------------|----------|
| no | Nama | Kontrol | Pengambilan keputusan | | | Eks ekusi | Pengambilan keputusan | eksekusi |
| | | | Passing | Dribbling | Support | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

3.6 Prosedur Penelitian

Penelitian ini diperlukan rencana, perhitungan dengan analisa agar

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

tujuan dan maksud penulis tercapai sesuai dengan kajian secara ilmiah dan empiris yang dapat dibuktikan secara nyata melalui tahapan-tahapan yang direncanakan. Adapun penelitian ini meliputi tiga tahap yaitu; tahap persiapan penelitian, tahap pelaksanaan penelitian, dan tahap akhir penelitian.

3.6.1 Tahapan Persiapan Penelitian

Persiapan ini dilakukan sebelum pemberian perlakuan kepada sampel, agar dapat berjalan sesuai dengan tujuan dan pencapaian peneliti berikut literatur penelitian pada tahap persiapan yaitu sebagai berikut :

- 1) Studi pendahuluan, melakukan studi literatur terhadap teori yang relevan mengenai Metode latihan SSG, Tingkat *Motor Educability*, dan Penampilan bermain.
- 2) Penyusunan program latihan SSG dan *Coerver* sebagai perlakuan yang akan digunakan.
- 3) Konsultasi dengan staff pelatih akademi Inspire FC dalam menerapkan metode latihan SSG dan *Coerver*.

3.6.2 Tahapan Pelaksanaan Penelitian

Tahap pelaksanaan merupakan tahap peneliti dapat melakukan perlakuan pada sampel. Perlakuan pada tahap pelaksanaan yang diberikan sebagai berikut:

- 1) Memberikan tes *Motor Educability* kemudian pembagian kelompok berdasarkan hasil tes yaitu kelompok tingkat *Motor Educability* tinggi dan rendah.
- 2) Melakukan tes awal untuk mengukur keterampilan bermain direkam dengan menggunakan kamera.
- 3) Memberikan perlakuan yaitu dengan metode latihan SSG dan metode latihan *Coerver* di setiap kelompok.
- 4) Melakukan tes akhir untuk mengukur peningkatan keterampilan

Rahmat Kristianto, 2020

PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*

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

bermain direkam dengan menggunakan kamera setelah diberikannya perlakuan.

3.6.3 Tahapan Akhir Penelitian

Tahap akhir merupakan tahap penyelesaian peneliti agar mendapatkan hasil dari perlakuan yang telah diberikan, agar pada tahap akhir ini dapat dilakukan sesuai literatur yang sudah di rencanakan maka tindakan penulis sebagaimana berikut:

- 1) Mengolah data dari hasil tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*).
- 2) Menganalisis dan membahas data hasil penelitian
- 3) Memberikan kesimpulan berdasarkan hasil pengolahan data penelitian.
- 4) Memberikan rekomendasi berdasarkan hasil penelitian

3.7 Analisis dan Pengolahan data

Untuk mendapatkan data mengenai keterampilan bermain, maka diperlukan alat pengumpul data. Data penelitian dikumpulkan melalui teknik tes dan pengukuran instrumen tes. Instrumen tes yang dipakai harus yang baik dan tingkat validitasnya serta reliabilitasnya juga sudah terjamin.

Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah mengolah dan menganalisis data tersebut menggunakan SPSS 22. Dalam penelitian ini teknik penghitungannya menggunakan uji anova dua jalur (Two-way Anova) (Clemente, Wong, Martins, & Mendes, 2014). Langkah-langkah pengujiannya yaitu diawali dengan Normalitas dan homogenitas varians diuji menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dan *Levene* tes statistik (Serra-Olivares, García-López, & Calderón, 2016). Apabila data berdistribusi normal dan homogen selanjutnya adalah uji variansi dua jalur untuk Uji beda rata-rata Latihan SSG dan Latihan *Coerver*, serta berdasarkan *Motor Educability* tinggi dan rendah juga Uji Interaksi antara variabel kelompok latihan dengan tingkat *Motor Educability*.

Cara menganalisis data menggunakan SPSS Versi 22, sebagai berikut :

1. Pilih *Analyze; general Linear Model Univariat*, maka muncul cendela; Rahmat Kristianto, 2020
PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA BERDASARKAN TINGKAT *MOTOR EDUCABILITY*
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Masukkan kemampuan berpikir kritis ke dependent variabel, Latihan dan tingkat *Motor Educability* ke *Fixed factor(s)*. Untuk kotak *random factor (s)* dan covariat(s) tidak akan digunakan dalam dalam two ways anova, tetapi digunakan untuk uji Anova.

2. Pilih Plot, maka masukkan tingkat *Motor Educability* ke kotak *horizontal Axis* dan latihan ke kotak *Separate Lines*.
3. Pilih *Add* tampak; Pilih *Continue* dan Pilih *Post Hoc*,
4. Masukkan Latihan ke *Post Hoc Test for* dan centang Tukey
5. Pilih *Continue* kemudian Pilih *Options*,
6. Masukkan Latihan SSG, Latihan *Coerver* dan tingkat *Motor Educability* ke dalam kotak *Display Means for*. Pada display centang *deskriptive statistic* dan *homogeneity test*.
7. Pilih *Continue* Pilih *Ok*
8. Lihat Hasilnya