

## BAB III METODE PENELITIAN

### 3.1 Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Fraenkel & Wallen (2012, hlm. 265):

Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang unik, satu-satunya metode penelitian yang secara langsung melakukan usaha untuk mempengaruhi dependent variable. Selain itu, penelitian eksperimen merupakan satu-satunya metode yang benar-benar menguji hipotesis mengenai hubungan sebab-akibat

“Ide dasar eksperimen sangat sederhana, yaitu mencobakan sesuatu dan mengobservasi apa yang terjadi secara sistematis” (Fraenkel, 2012, hlm. 266). Eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu (Arikunto, S., 2006 hlm.3).

### 3.2 Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan rancangan tentang cara menganalisis data agar dapat dilaksanakan secara ekonomis dan sesuai dengan tujuan penelitian, karena itu desain penelitian berfungsi untuk memberikan jalan dan arah proses penelitian yang dilakukan. Mengenai definisi desain penelitian lebih lanjut Maksum (2012, hlm.95) menjelaskan desain penelitian merupakan sebuah rancangan bagaimana suatu penelitian akan dilakukan.

Desain penelitian ini menggunakan *pretest-posttest control group design*

Kelompok	<i>Pre-test</i>	<i>Treatment</i>	<i>Post-test</i>
<b>A</b>	O <sub>1</sub>	X <sub>1</sub>	O <sub>2</sub>
<b>B</b>	O <sub>3</sub>	X <sub>2</sub>	O <sub>4</sub>

(Fraenkel and Wallen, 2012):

**Gambar 3. 1**  
*Pre-test and Post-test Control Group Desain*

#### Keterangan

- A : Kelompok Eksperimen
- B : Kelompok *Control*
- O1 : *Pre-test* Kelompok Eksperimen
- O2 : *Post-test* Kelompok Eksperimen
- O3 : *Pre-test* Kelompok *Control*
- O2 : *Post-test* Kelompok *Control*
- X1 : Program latihan sepakbola dengan mengintegrasikan *life skills*
- X2 : Program latihan sepakbola non-integrasi *life skills*

### 3.3 Populasi dan Sampel

#### 3.3.1 Populasi

Fraenkel, Wallen, & Hyun (2012) menjelaskan bahwa, populasi adalah kelompok yang diteliti, kelompok dimana peneliti akan melakukan generalisasi hasil penelitiannya. Lebih lanjut Fraenkel (2012) menyatakan bahwa peneliti harus menggeneralisasi populasi tersebut, oleh karena itu, populasi tersebut harus populasi yang dapat diakses. Jadi, pengertian populasi dalam terbatas pada sekelompok/kumpulan orang-orang, namun mengacu pada seluruh ukuran, hitungan, atau kualitas yang menjadi fokus perhatian suatu kajian. Maka dari itu, sehubungan dengan penelitian ini maka populasi dari penelitian ini adalah klub sepakbola Akademi Persib Kota Bandung yang berjumlah 28 orang dengan usia 14-17 tahun.

#### 3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang menjadi sumber informasi tertentu yang dibutuhkan dalam penelitian (Fraenkel and Wallen, 2012).

Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah anak yang aktif pada club Akademi Persib Kota Bandung yang berjumlah 28 orang dengan usia 14-17 tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. *Total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2007). Alasan mengambil *total sampling* karena menurut Sugiyono (2007) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya.

Peneliti menentukan kelompok eksperimen dan kelompok *control* dengan prosedur: Siswa diinstruksikan untung berhitung 1 dan 2 setelah masing-masing

siswa mendapatkan nomor 1 dan 2, siswa berkumpul dengan kelompok yang mendapatkan angka yang sama, peneliti membagi 2 kelompok, kelompok yang ganjil (1) dan kelompok yang genap (2), setelah semuanya mendapatkan kelompok maka penentuan kelompok eksperimen dan kelompok *control* dilakukan secara acak dengan cara dikocok.

### 3.4 Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian ini dibuat bertujuan untuk mempermudah dalam menyusun alat ukur atau indikator yang diperlukan berdasarkan variabel yang diteliti. Adapun definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

**Tabel 3.1**  
**Operasional Variabel**

Variabel	Konsep Teoritis	Konsep Empiris	Konsep Analitis
<b>Kecakapan hidup (<i>Life skills</i>)</b>	<i>Life skills</i> dapat dikembangkan melalui olahraga, dengan yang paling umum adalah kerja tim, penetapan tujuan, manajemen waktu, keterampilan emosional, komunikasi interpersonal, keterampilan sosial, kepemimpinan, dan pemecahan masalah dan pengambilan keputusan (Mossman & Cronin, 2019)	Hasil penelitian yang dilakukan oleh Cronin dan Allen (2017) memberikan bukti awal untuk validitas dan keandalan <i>LSSS (Life skills Scale of Sport)</i> . Dengan menggunakan skala ini, peneliti dapat menilai derajat secara menyeluruh yang menurut para remaja sebagai peserta dapat mengembangkan delapan <i>life skills</i> melalui olahraga. Adapun menurut L.D Cronin & Allen (2017) menjelaskan aspek-aspek yang menjadi pengukuran <i>Life skills (Life skills)</i>	Instumen dalam penelitian ini menggunakan <i>LSSS (Life skills Scale of Sport)</i> . <i>LSSS (Life skills Scale of Sport)</i> adalah skala untuk mengukur <i>life skills</i> melalui olahraga dengan melihat dari aspek <i>leadership, team work, social skills, time management</i> . (L. D. Cronin & Allen, 2017). Adapun menurut L.D Cronin & Allen (2017) menjelaskan adapun aspek-aspek yang menjadi pengukuran <i>LSSS (Life skills Scale of Sport)</i> adalah sebagai berikut <b>A. Leadership (Kepemimpinan)</b> Adapun aspek-aspeknya adalah: a) Tetapkan standar tinggi untuk tim/ grup; b) Ketahui cara memotivasi orang lain; c) Bantu orang lain memecahkan masalah kinerja mereka; d) Jadilah panutan yang baik bagi orang lain; e) Atur anggota tim/ kelompok untuk bekerja sama; f) Hargai prestasi orang lain; g) Ketahui cara memengaruhi sekelompok individu secara positif; dan

Variabel	Konsep Teoritis	Konsep Empiris	Konsep Analitis
		<ul style="list-style-type: none"> <li>a) <i>Emotional Skills</i> (Keterampilan Emosi)</li> <li>b) <i>Interpersonal Communication</i> (Komunikasi Interpersonal)</li> <li>c) <i>Goal Setting</i> (Penetapan Tujuan)</li> <li>d) <i>Problem Solving And Decision Making</i> (Pemecahan Masalah Dan Pengambilan Keputusan)</li> </ul>	<p>h) Pertimbangkan pendapat individu dari setiap tim/ anggota kelompok.</p> <p><b>B. Time Management (Manajemen Waktu)</b> Adapun aspek-aspeknya adalah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Mengelola waktu dengan baik;</li> <li>b) Memberikan penilaian berapa banyak waktu yang saya habiskan untuk berbagai kegiatan;</li> <li>c) Mengontrol cara penggunaan waktu saya; dan</li> <li>d) Tetapkan tujuan agar saya menggunakan waktu saya secara efektif.</li> </ul> <p><b>C. Team Work (Kerja Tim)</b> Adapun aspek-aspeknya adalah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Menerima saran untuk perbaikan dari orang lain;</li> <li>b) Membantu membangun semangat tim/ kelompok;</li> <li>c) Bekerja dengan baik dalam tim/ kelompok;</li> <li>d) Sarankan kepada anggota tim/ kelompok bagaimana mereka dapat meningkatkan kinerja mereka;</li> <li>e) Membantu anggota tim/ grup lain melakukan tugas;</li> </ul>

Variabel	Konsep Teoritis	Konsep Empiris	Konsep Analitis
			<p>f) Ubah cara saya tampil untuk kepentingan tim/grup</p> <p>g) Bekerja dengan orang lain untuk kebaikan tim/kelompok</p> <p><b>D. Emotional Skills (Keterampilan Emosi)</b> Adapun aspek-aspeknya adalah:</p> <p>a) Tahu bagaimana mengontrol emosi</p> <p>b) Pahami bahwa saya berperilaku berbeda saat emosional</p> <p>c) Saya memerhatikan mengenai perasaan saya</p> <p>d) Saya menggunakan emosi untuk tetap fokus</p> <p>e) Memahami emosi orang lain</p> <p>f) Memerhatikan bagaimana perasaan orang lain</p> <p>g) Membantu orang lain menggunakan emosi mereka untuk tetap fokus</p> <p>h) Membantu orang lain mengendalikan emosinya ketika sesuatu yang buruk terjadi</p> <p><b>E. Interpersonal Communication (Komunikasi Interpersonal)</b> Adapun aspek-aspeknya adalah:</p> <p>a) Berbicara dengan jelas kepada orang lain</p> <p>b) Perhatikan apa yang dikatakan seseorang</p> <p>c) Perhatikan bahasa tubuh orang</p> <p>d) Berkomunikasi baik dengan orang lain</p>

Variabel	Konsep Teoritis	Konsep Empiris	Konsep Analitis
			<p><b>F. Goal Setting (Penetapan Tujuan)</b> Adapun aspek-aspeknya adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Tetapkan tujuan sehingga saya dapat tetap fokus pada peningkatan</li> <li>Tetapkan tujuan yang menantang</li> <li>Periksa kemajuan menuju tujuan saya</li> <li>Tetapkan tujuan jangka pendek untuk mencapai tujuan jangka panjang</li> <li>Tetap berkomitmen pada tujuan saya</li> <li>Tetapkan tujuan untuk latihan</li> <li>Tetapkan tujuan yang spesifik</li> </ol> <p><b>G. Problem Solving And Decision Making (Pemecahan Masalah Dan Pengambilan Keputusan)</b> Adapun aspek-aspeknya adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Pikirkan baik-baik tentang masalah</li> <li>Ciptakan solusi sebanyak mungkin untuk suatu masalah</li> <li>Bandingkan setiap solusi yang ada untuk menemukan yang terbaik</li> </ol> <p>Evaluasi solusi untuk suatu masalah</p>

Variabel	Konsep Teoritis	Konsep Empiris	Konsep Analitis
<b>Aktivitas Olahraga</b>	Aktivitas olahraga merupakan komponen yang melibatkan pengembangan, pembelajaran, keterampilan, nilai-nilai, norma, persepsi diri (Batista, Cubo, Honorio, & Martins, 2016).	Aktivitas olahraga dianggap sebagai tempat yang sangat diinginkan untuk melatih <i>life skills</i> karena itu adalah kegiatan sosial yang populer dan dihargai dan karena kebanyakan pemuda adalah generasi yang termotivasi untuk terlibat dalam olahraga (Gould & Carson 2008).	Aktivitas olahraga, serta partisipasi dalam olahraga, telah lama direkomendasikan untuk meningkatkan kesehatan anak-anak, remaja, dan orang dewasa (Lester, 2017). Sumber daya pribadi individu, seperti kemampuan fisik, preferensi terkait olahraga, motif, atau konsep diri yang terkait dengan olahraga dan tubuh, serta sumber daya sosial, seperti pandangan masyarakat tentang nilai olahraga atau dukungan orang tua atau teman sebaya, tampaknya berguna dalam menangani konflik tersebut. Bersama dengan usia, jenis kelamin, atau pengalaman migrasi sebagai dimensi horizontal dari ketidaksetaraan sosial serta pendidikan atau modal budaya sebagai dimensi vertikal (Braumüller, 2020)
<b>Kecakapan hidup (<i>Life skills</i>) melalui Aktivitas Olahraga</b>	Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa pemuda mengembangkan serangkaian <i>life skills</i> melalui olahraga. (Hayden et al., 2015; Rohmanasari et al., 2018). Sejalan dengan (Danish,et al., 2012) kita melihat <i>life skills</i> sebagai kompetensi perilaku, kognitif, interpersonal, dan intrapersonal yang dapat dipelajari, dikembangkan, dan disempurnakan. Menginvestigasi delapan <i>life skills</i> yang paling sering dikutip yang dimaksudkan oleh pemuda untuk dikembangkan melalui olahraga.	Program <i>life skills</i> berbasis olahraga berusaha untuk menumbuhkan perkembangan remaja yang positif dengan mengajar dan mempromosikan keterampilan hidup dalam konteks olahraga. Olahraga sendiri tidak secara inheren mempromosikan perkembangan remaja yang positif atau perolehan keterampilan hidup yang terkait. Bahkan, dalam beberapa kasus, partisipasi olahraga pemuda telah dikaitkan dengan internalisasi negatif dan eksternalisasi perilaku seperti stres (Larson, Hansen, and Moneta, 2006).	Penelitian telah menunjukkan bagaimana olahraga dapat mendorong pengembangan <i>life skills</i> telah menunjukkan bagaimana pemuda dapat mengembangkan <i>life skills</i> melalui partisipasi dan transfer olahraga keterampilan di luar olahraga, bahkan ketika pelatih tidak secara eksplisit berfokus pada pengembangan keterampilan hidup dan transfer (Camiré, et al., 2011).

### 3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen menurut (Fraenkel and Wallen. 2012) adalah “*any procedure or device for systematically collecting data.*” Instrumen penelitian secara fungsional dibutuhkan untuk memperoleh data yang diperlukan untuk penelitian ketika penulis menginjak pada pengumpulan informasi dan data di lapangan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen kuisisioner *Life skills Scale for sport (LSSS)* yang telah dikembangkan oleh (Cronin et al. 2017). Instrumen kuisisioner *LSSS* tersebut dikembangkan untuk persiapan olahraga kaum muda dengan rentang usia 11-21 tahun. Yang kemudian di adaptasi oleh peneliti sesuai dengan kebutuhan penelitian. *LSSS* memuat 8 komponen *life skills* yaitu, *teamwork, goal setting, time management, intrapersonal communication, social skills, leadership, problem solving and decision making* yang terbagi menjadi 47 item pernyataan dengan skala pengukuran berupa skala *likert* dengan rentang skala yang digunakan adalah rentang skala lima poin yaitu dari 1 (*not at all*) hingga 5 (*very much*) pernyataan.

*LSSS* memiliki nilai realibilitas yang tinggi yakni *teamwork* (.93), *goal setting* (.93), *time management* (.92), *emotional skills* (.87), *interpersonal communication* (.89), *social skill* (.86), *leadership* (.93), and *problem solving and decision making* (.82), termasuk kategori tinggi dan layak digunakan sebagai instrument penelitian.

Creswell, (2013, hlm. 222), mengemukakan bahwa “apabila peneliti menggunakan instrument yang sudah ada maka harus terdapat validitas dan reliabilitas skor-skor yang diperoleh dari penggunaan instrumen sebelumnya.” Instrumen *LSSS* yang dikembangkan menunjukkan bukti validitas (meliputi *content, factorial, convergent, dan discriminant*) dan reliabilitas (meliputi *internal consistency dan test-retest*) lebih lengkap dapat dilihat di Cronin dan Allen, (2017, hlm. 109). Namun, sesuai dengan rekomendasi dari Cronin dan Allen, (2017, hlm. 116), yang menyatakan bahwa “*it is important to reemphasize that validity and reliability are considered ongoing processes. Thus, future studies should provide further evidence for the validity and reliability of the scale*”, yang berarti bahwa penting untuk mempertegas kembali bahwa validitas dan reliabilitas dianggap



sebagai proses yang berkelanjutan. Sehingga, penelitian selanjutnya harus memberikan bukti lebih lanjut untuk validitas dan reliabilitas *LSSS*.

### 3.6 Uji Validitas

Pada penelitian ini dilakukan uji validitas dengan *SPSS*, peneliti membandingkan nilai *r* hitung dengan nilai *r* tabel, dengan interpretasi valid apabila nilai *r* hitung lebih besar ( $>$ ) dari nilai *r* tabel. *r* hitung diambil dari tabel *Correlations* hasil output *SPSS* pada bagian *Pearson Correlation* di kolom Skor Total. Selanjutnya, *r* tabel dihitung dengan  $df = N-2$ , kemudian  $df$  (*degree of freedom*) di cari pada tingkat signifikansi 5% dua pihak. Hasil pengujian validitas menunjukkan 47 item pada instrumen *LSSS* dinyatakan valid ( $r$  hitung  $>$  0,374).

### 3.7 Uji Reliabilitas

Pada uji reliabilitas instrumen dilakukan dengan cara mengetahui nilai alpha Cronbach menggunakan program IBM *SPSS* versi 20, langkahnya yaitu: Pertama, melakukan input data hasil uji reliabilitas di *spreadsheet SPSS*. Kedua, lakukan uji reliabilitas dengan cara klik menu *Analyze* kemudian pilih *Reliability Test* kemudian akan muncul kotak dialog *Reliability Analysis*. Ketiga, pindahkan item dari kotak kiri ke kotak kanan (*items*). Selanjutnya klik Ok lalu akan muncul output hasil uji reliabilitas. Interpretasinya adalah dengan melihat tabel *Reliability statistics baris Cronbach's alpha*. Dalam penelitian ini uji realibilitas data akan dilakukan menggunakan *Alpha Cronbach* dengan bantuan *SPSS* versi 22. Arikunto (2010, p. 231) mengatakan jika  $alpha > 0,90$  maka reliabilitas dikatakan sempurna, jika  $alpha$  antara 0,70 – 0,90, maka reliabilitas tinggi, jika  $alpha$  antara 0,50 – 0,70, maka reliabilitas moderat, jika  $alpha < 0,50$  maka reliabilitas rendah. Hasil pengujian reliabilitas menunjukkan bahwa nilai *Alpha Cronbach's* pada hasil output *SPSS* adalah 0,969 sehingga dapat diambil keputusan bahwa 47 item pada instrumen *Life Skills Scale for Sport* reliabel.

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
,969	47

**Gambar 3.2**  
**Reliabilitas Angket *LSSS***

### 3.8 Prosedur Penelitian

Untuk menganalisa dan menghasilkan kesimpulan yang jelas untuk itu penulis dapat membuat langkah-langkah penelitian dengan maksud untuk memperoleh data yang lebih akurat serta tidak adanya ketimpangan dalam penelitian. Seluruh sampel telah bersedia menjadi sampel penelitian dengan mengisi pernyataan kesediaan menjadi sampel secara sukarela. *Treatment*, pada kelompok eksperimen diberikan *physical activity* yang diintegrasikan program *life skills* dan pada kelompok *control*, *physical activity* diberikan tanpa mengintegrasikan program *life skills*.

#### 1. Persiapan yang meliputi:

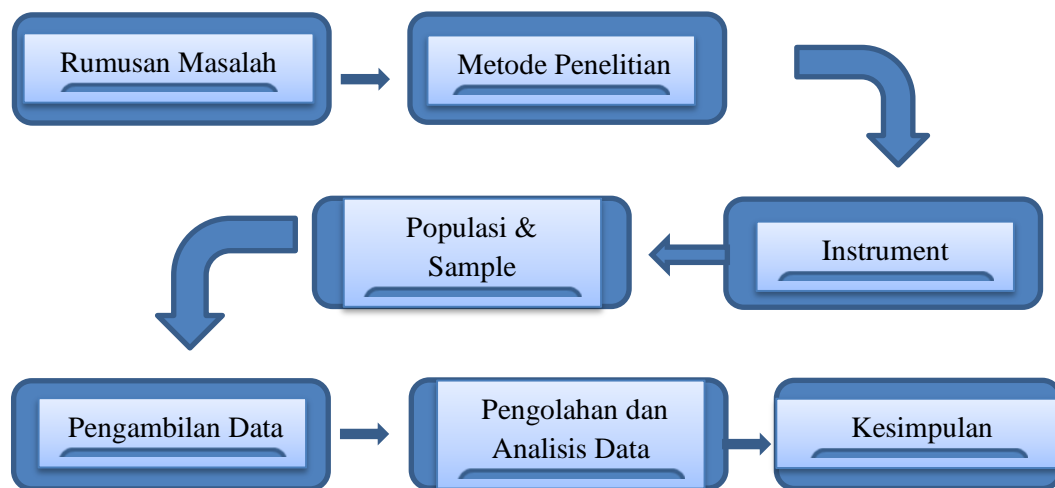
- a. Mengurus perizinan penelitian,
- b. Menentukan jadwal kunjungan ke klub sepakbola Kota Bandung untuk meminta izin dan memberikan pemahaman maksud serta tujuan penelitian yang akan dilakukan.
- c. Melakukan penyebaran instrumen *LSSS* awal (*pretest*) kepada kelompok yang dijadikan sampel penelitian.
- d. Menentukan waktu penyelesaian pengisian kuesioner *LSSS*, selama  $\pm 25$  menit kepada siswa.
- e. Memberikan *treatment* berupa program latihan sepakbola terintegrasi *life skills* yang dilakukan selama 16 kali pertemuan kepada kelompok eksperimen dan memberikan *treatment* berupa program latihan sepskbola non-integrasi *life skills* yang dilakukan selama 16 kali pertemuan kepada kelompok *control*.
- f. Melakukan penyebaran instrumen *LSSS* akhir (*post-test*) kepada kelompok siswa yang dijadikan sampel penelitian.
- g. Menentukan waktu penyelesaian pengisian kuesioner *LSSS* akhir, selama  $\pm 25$  menit kepada siswa.

#### 2. Tahap Pelaksanaan

Proses pengambilan data dilakukan pada dua tahap yaitu sampel penelitian melakukan *pre-test* pada 1 minggu sebelum pelaksanaan *treatment* dan pada minggu terakhir akan dilakukan *post-test* pada kedua kelompok sampel

menggunakan instrument yang sama yaitu *LSSS*. Setelah data dikumpulkan, peneliti melakukan pengolahan data dan analisis data. Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan bantuan *software SPSS* versi 20 dengan menggunakan *paired sample t-test*. Langkah terakhir yaitu menentukan kesimpulan berdasarkan dari hasil pengolahan data dan analisis data.

Adapun langkah-langkah penelitiannya adalah sebagai berikut:



**Gambar 3.3**  
**Langkah-langkah Penelitian**

**Tabel 3. 2**  
**Jadwal Kegiatan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Control**

Pertemuan	Tanggal	Kegiatan	
		Kelompok Eksperimen	Kelompok Control
1		<i>Pre test</i> (tes awal) bermain sepakbola 11 vs 11	<i>Pre test</i> (tes awal) bermain sepakbola 11 vs 11
2		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya
3		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya
4		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya
5		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya
6		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya
7		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya
8		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya
9		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya
10		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya
11		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya

Pertemuan	Tanggal	Kegiatan	
		Kelompok Eksperimen	Kelompok <i>Control</i>
		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya
13		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya
14		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya
15		Mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> kedalam program latihan FILANESIA	Program latihan FILANESIA tanpa mengintegrasikan komponen <i>life skills</i> di dalamnya
16		Pelaksanaan <i>post-test</i> (tes akhir) melakukan permainan 11 vs 11.	Pelaksanaan <i>post-test</i> (tes akhir) melakukan permainan 11 vs 11.

### 3.9 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan terhadap klub sepakbola Akademi Persib. Frekuensi pertemuan 4 kali seminggu, jumlah pertemuan perlakuannya adalah 16 kali pertemuan. Rincian setiap pertemuan disajikan pada tabel 3.3.

**Tabel 3. 3**

#### Jadwal, Waktu, dan Hari Program Pembelajaran

No	Waktu	Hari	Kelompok Eksperimen	Keterangan	Kelompok <i>Control</i>	Keterangan
1	15.30.wib	Senin	<b>Kelompok Eksperimen</b>	Pemberian Program Latihan Sepakbola. + Komponen <i>life skills</i>	<b>Kelompok <i>Control</i></b>	Pemberian Program Latihan Sepakbola
2	15.30.wib	Rabu	<b>Kelompok Eksperimen</b>	Pemberian Program Latihan Sepakbola. + Komponen <i>life skills</i>	<b>Kelompok <i>Control</i></b>	Pemberian Program Latihan Sepakbola

No	Waktu	Hari	Kelompok Eksperimen	Keterangan	Kelompok Control	Keterangan
3	15.30.wib	Jumat	<b>Kelompok Eksperimen</b>	Pemberian Program Latihan Sepakbola. + Komponen <i>life skills</i>	<b>Kelompok Control</b>	Pemberian Program Latihan Sepakbola
4	07.00.wib	Minggu	<b>Kelompok Eksperimen</b>	Pemberian Program Latihan Sepakbola. + Komponen <i>life skills</i>	<b>Kelompok Control</b>	Pemberian Program Latihan Sepakbola

### 3.10 Analisis Data

Data yang telah terkumpul dari *pretest* dan *posttest* mengenai kerjasama tim, keterampilan sosial, kepemimpinan dan manajemen waktu diri siswa, kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik analisis statistik. Analisis data dilaksanakan dengan menggunakan program *IBM Statistical Product and Service Solution (SPSS) Version 20*. Teknik analisis statistik ini dilakukan dengan menggunakan uji normalitas dan uji homogenitas. Tujuan dilakukannya uji normalitas untuk mendapatkan distribusi data sebagai acuan untuk uji statistik selanjutnya, yakni apakah sampel yang diambil dari populasi berdistribusi normal serta untuk menentukan uji statistik selanjutnya dengan catatan bila data berdistribusi normal maka menggunakan uji statistik parametrik dan bila data tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji statistik non parametrik. Untuk menganalisis data dalam penelitian ini digunakan teknik analisis pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ .

Apabila data penelitian tidak berdistribusi normal dan tidak homogen, maka analisis data menggunakan statistik non-parametrik.

#### 1. Gain Score

Nilai *gain score* bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan suatu metode atau perlakuan tertentu dalam penelitian *one group pretest posttest design* (eksperimen design atau pre-eksperimental) maupun penelitian menggunakan kelompok *control* (*quasi experiment* atau *true experiment*). Uji *gain score* dilakukan dengan cara menghitung selisih antara nilai *pretest* (tes sebelum di terapkannya metode atau perlakuan tertentu) dan nilai *posttest* (tes sesudah di terapkannya metode atau perlakuan tertentu). Dengan menghitung selisih antara

nilai *pretest* dan *posttest* atau *gain score* tersebut, kita akan dapat mengetahui apakah penggunaan atau penerapan suatu metode tertentu dapat dikatakan efektif atau tidak. Untuk menghitung *gain score* dengan menggunakan bantuan *software IBM SPSS version 20*. Rumus *gain score* yaitu *posttest-pretest/skor maksimal-pretest*.

## 2. Uji Normalitas

Tes utama untuk uji normalitas antara lain, *Uji Kolgomorov-Smirnov*, *Uji Liliefors*, *Dan Uji Shapiro Wilk*. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan Uji Normalitas *shapiro-wilk* karena ukuran sampel pada penelitian kurang dari 50. Selain itu uji normalitas *shapiro-wilk* juga direkomendasikan untuk ukuran sampel kurang dari 50 (Elliot & Woodward, 2007).

Untuk melakukan interpretasi hasil pengujian Normalitas dengan cara melihat nilai signifikansi (sig.) atau probabilitas (*p-value*) pada Tabel *Test of Normality* bagian *Shapiro Wilk* kemudian membandingkannya dengan taraf signifikansi alpha ( $\alpha$ ) 0.05. Adapun dasar pengambilan keputusannya disajikan pada tabel 3.4.

**Tabel 3. 4 Dasar Pengambilan Keputusan Uji Normalitas**

KRITERIA	KEPUTUSAN
Jika nilai Sig. atau P-value > 0.05	Data berdistribusi normal
Jika nilai Sig. atau P value < 0.05	Data tidak berdistribusi normal

## 3. Uji Homogenitas

Uji homogenitas di gunakan untuk apakah data penelitian memiliki varians yang sama atau homogen. Uji homogenitas juga di gunakan sebagai prasyarat dalam statistik parametrik. Uji homogenitas pada penelitian ini menggunakan *Levene Statistic* dengan bantuan *SPSS* versi 20. Adapun langkah-langkah untuk pengujian homogenitas sebagi berikut:

Untuk melakukan interpretasi hasil pengujian homogenitas dengan cara melihat nilai signifikansi (sig.) atau probabilitas (*p-value*) pada Tabel *Test of Homogeneity of Variances* kemudian membandingkannya dengan taraf signifikansi alpha ( $\alpha$ ) 0.05. Adapun dasar pengambilan keputusannya disajikan pada tabel 3.5.

**Tabel 3. 5 Dasar Pengambilan Keputusan Uji Normalitas**

<b>KRITERIA</b>	<b>KEPUTUSAN</b>
Jika nilai Sig. Atau P-value > 0.05	Varians dari dua atau lebih adalah homogen atau sama
Jika nilai Sig. Atau P value < 0.05	Varians dari dua atau lebih adalah tidak homogen atau tidak sama

#### 4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis berdasarkan pertanyaan penelitian dan hipotesis nomor 1 (satu) yang di ajukan terdahulu, analisis data menggunakan bantuan *software SPSS* versi 20. Setelah data dimasukkan kemudian akan muncul hasil output *SPSS* empat tabel diantaranya:

- 1) *Output* bagian pertama yaitu tabel *Descriptive* yang memuat ringkasan statistik dari sampel yang di uji berupa rata-rata, nilai minimum, nilai maksimum dan simpangan baku.
- 2) *Output* bagian kedua yaitu tabel *Test of Normality of Variance* yang memuat hasil uji normalitas dari kelompok sampel penelitian apakah mempunyai varians yang normal. Dasar pengambilan keputusan: (1) jika probabilitas > 0.05 maka varians dari kelompok sampel penelitian adalah normal dan (2) jika probabilitas < 0.05 maka varians dari kelompok sampel penelitian tidak normal.
- 3) *Output* bagian ketiga yaitu tabel *Test of Homogeneity of Variance* yang memuat hasil uji homogenitas dari kelompok sampel penelitian apakah mempunyai varians yang sama. Dasar pengambilan keputusan: (1) jika probabilitas > 0.05 maka varians dari kelompok sampel penelitian adalah homogen dan (2) jika probabilitas < 0.05 maka varians dari kelompok sampel penelitian tidak homogen.
- 4) *Output* bagian ketiga yaitu tabel *paired sampel t-test* dan *Independent Samples t-test* yang memuat mengenai apakah penelitian mempunyai pengaruh yang signifikan.