

BAB III

METODE PENELITIAN

1.1 Metode Dan Desain Penelitian

1.1.1 Metode penelitian

Terdapat begitu banyak klasifikasi metode penelitian yang diajukan oleh para ahli dan diantara metode tersebut memiliki perbedaan satu sama lain tergantung pembuatnya (peneliti). Salah satu klasifikasi metode penelitian yang merujuk pada pendapat Hadi dan Haryono (dalam Suherman, 2009, hlm. 35) adalah “(1) Penelitian korelasional, (2) Penelitian tindakan, (3) Penelitian kausal-komparatif, (4) Penelitian deskriptif, (5) Penelitian perkembangan, (6) Penelitian historis, (7) Penelitian kasus dan penelitian lapangan, (8) Penelitian eksperimental”.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan pendekatan penelitian kuantitatif. Salah satu metode kuantitatif yang peneliti gunakan adalah penelitian eksperimen menurut (Nasution, 2009, hlm. 24) “Penelitian eksperimental mengadakan percobaan atau eksperimen, untuk menguji hipotesis. Berdasarkan hal tersebut bahwa metode eksperimen bertujuan untuk mencari sebab akibat antara variabel bebas dan variabel terikat”. Hal tersebut selaras dengan pendapat menurut (Sugiyono, 2013, hlm. 8) menyatakan bahwa,

Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai mode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivism. Digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Pengumpulan data menggunakan instrument penelitian. Analisis data bersifat kuantitatif/statistic, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah diterapkan. Berdasarkan pernyataan bahwa penelitian eksperimental memiliki aplikasi untuk mempelajari populasi atau sampel dengan mengolah data secara kuantitatif, yaitu analisis statistik.

Menurut Sugiyono (2016, hlm. 2) “metode penelitian pada dasarnya adalah metode ilmiah untuk memperoleh data dengan tujuan dan aplikasi tertentu”. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian Pre-eksperimen.

Menurut Sugiyono (2016, hlm. 74) penelitian “Desain pre eksperimen yang telah dilakukan ini menggambarkan eksperimen nyata, sebab masih ada variabel eksternal yang mempengaruhi terciptanya variabel bebas (terkait), tidak hanya dipengaruhi oleh variabel bebas”. Artinya tidak ada variabel kontrol dan sampel tidak dipilih secara acak. Dimana desain ini terdapat pre-test sebelum diberikan perlakuan dan post-test setelah diberi perlakuan, dengan demikian dapat diketahui lebih akurat karena dapat membandingkan dengan sebelum diberi perlakuan.

Peneliti menggunakan desain penelitian ini karena peneliti melihat jumlah sampel yang tergolong sedikit dan dari segi permasalahan utamanya mengenai dribble dalam bola basket, sebagian anak kurang dalam melakukan dribble sehingga harus diberikan treatment. Sejalan dengan pendapat Sugiyono (2016), mengatakan bahwa Pre-experimental design ialah rancangan yang meliputi hanya satu kelompok atau kelas yang diberikan pra dan pasca uji. Rancangan one grup pretest and posttest design ini, dilakukan terhadap satu kelompok tanpa adanya kelompok control atau pembandingan.

1.1.2 Desain Penelitian

“Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain *One-Group Pretest-Posttest* desain. Pada desain ini terdapat *pretest* yang dilakukan sebelum diberi perlakuan dan ada *posttest* yang dilakukan sesudah diberikan perlakuan, dapat digambarkan” (Mahama & Arifin, 2021, hlm. 10) seperti berikut:

Tabel 3. 1
Pretest dan Posttest

<i>Pre test</i>	Treatment	<i>Post test</i>
0 ₁	X	0 ₂

Keterangan :

0₁ = Tes awal

X = Treatment

0₂ = Tes akhir

1.2 Populasi dan Sampel

1.2.1 Populasi

Untuk menyusun Guna penyusunan penelitian hingga menganalisis data dan oleh karenanya memperoleh tampilan sejalan harapan penelitian ini dibutuhkan sumber data. Nawawi (dalam Suherman, 2009, hlm. 69) menjabarkan bahwasannya “populasi ialah semua objek penelitian yang mencakup peristiwa, nilai tes, gejala, tumbuh-tumbuhan, hewan, benda-benda, ataupun manusia selaku sumber data dengan karakteristik tertentu pada suatu penelitian”. Populasi ialah seluruh subjek penelitian dengan sifat dan karakteristik yang sama. Sehingga kesimpulannya yakni populasi ialah semua objek dengan karakteristik yang sama yang hendak digeneralisasikan. Untuk sebuah penelitian populasi ialah sekumpulan objek ataupun individu dengan sifat-sifat umum. Maka dari itu populasi yang akan dipakai dalam penelitian ini ialah populasi homogenya mempunyai karakteristik seperti yang hadir hanya beberapa orang, untuk usia 14-17 tahun, semua atlet bertempat tinggal di daerah yang sama. Semua objek menjadi populasi yang mana mempunyai keadaan ataupun sifat yang satu dengan lainnya sama dan dengan populasi yang dipakai disini yakni anggota cclub basket shoot cicalengka yang berjumlah 10 orang.

Terkait penelitian yang dilaksanakan, pertemuan yang hendak dijalankan sebanyak 14 pertemuan untuk diberi perlakuan (treatment) ditambah dua pertemuan untuk tes awal dan tes akhir menurut Satojo (1988:48) (dalam jurnal Agustina, 2016) program latihan yang dilakukan empat kali dalam seminggu selama enam minggu cukup efektif, namun sebaliknya dilaksanakan tiga hari agar tidak menjadi kelelahan dengan lama latihan enam minggu atau lebih. Pemberian latihan harus memperhatikan prinsip-prinsip latihan yang meliputi pemanasan, inti, dan pendinginan.

1.2.2 Sampel

Mengacu paparan (Sugiyono, 2015, hlm. 167) menjabarkan bahwasannya “sampel ialah sebagian atas jumlah karakteristik populasi itu”. Sampelnya yang diambil disini adalah Anggota Club Bola Basket Shoot Cicalengka , meninjau jumlah populasinya yang cenderung sedikit dan yang senantiasa aktif juga hadir ketika latihan hanya 10 orang. Untuk itu pada penelitian ini diambil sampelnya memakai teknik total sampling, sama dengan yang dikatakan Sugiyono (2014:124) (dalam jurnal eProceedings of Management, 2021) mengatakan bahwa total sampling adalah teknik

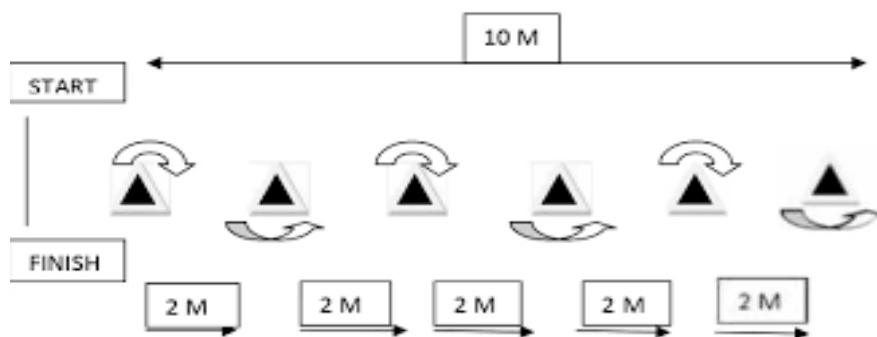
sampling teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Sampel ini digunakan jika jumlah populasi relative kecil yaitu tidak lebih dari 30 orang. Secara sederhana, peneliti menentukan apa yang hendaknya dipahami dan berupaya melaksanakan pencarian seseorang yang mampu dan bersedia mengungkap informasi atas dasar pengalamannya ataupun pengetahuan.

3.3 Instrumen Penelitian

Menurut (Burhan, 2005) pengertian dasar *instrument* penelitian adalah Pertama, instrument menempati posisi yang sangat penting dalam hal bagaimana dan apa yang harus dilakuakn untuk mendapatkan data di lapangan. Kedua, instrument ialah komponen yang rumit dari keutuhan dalam proses penelitian. Ketiga, bahwa pada dasarnya instrument penelitian kuantitatif memiliki dua fungsi yaitu sebagai isi dan pelengkap.

Instrumen dalam penelitian dipakai guna dijadikan alat ukur untuk mendapat data dari masalah yang hendak dikaji disini. Pengolahan data yang dihasilkan lalu akan menjadi sesuatu kesimpulan atas hasil penelitiannya, dan akan memberi jawaban persoalan yang muncul. Hal itu sejalan pendapat (Arikunto & Suharsimi, 2006) “Instrumen ialah fasilitas ataupun alat yang dipakai peneliti guna menghimpun data supaya mempermudah sebuah pekerjaan dan hasil yang didapat kian baik.”

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes keterampilan menggiring bola (Budiwanto, 2003, hlm. 133-150). Tes ini mempunyai r validitas sebesar 0,89 yang diperoleh dari hasil penghitungan multipie korelasi dengan metode Werry-Doelittle.



Gambar 3. 1 Lintasan Zig-Zag

(Sumber : Budiwanto, 2003, hlm. 133-150)

Fase persiapan dan pelaksanaan:

- i. Sebelum melakukan tes, testee berdiri dengan bola dibelakang garis start
- ii. Setelah aba-aba “ya” atau bunyi peluit testee mulai menggiring bola
- iii. Testee menggiring bola melalui enam rintangan dengan waktu 30 detik untuk melewati rintangan sebanyak mungkin
- iv. Apabila testee melakukan dribble atau melewati rute yang salah, maka tes harus diulangi

Penilaian Dribble

Tabel 3. 2
Penilaian Dribble
(Sumber : Budiwanto, 2003, hlm. 133-150)

Kategori	Nilai	Skor Baku
Baik Sekali	A	8,46 ke bawah
Baik	B	10,25 ke bawah
Cukup	C	12,00 ke bawah
Kurang	D	13,72 ke bawah
Kurang Sekali	E	14,22 ke bawah

3.4 Prosedur Penelitian

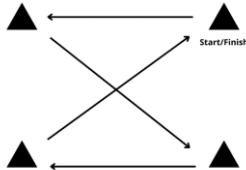
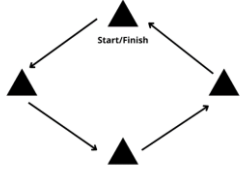
Prosedur penelitian ini menggambarkan langkah-langkah penelitian yang akan dilakukan. Terkait penelitian yang dilaksanakan, pertemuan yang hendak dijalankan sebanyak 14 pertemuan untuk diberi perlakuan (treatment) ditambah dua pertemuan untuk tes awal dan tes akhir menurut Satojo (1988:48) (dalam jurnal Agustina, 2016) program latihan yang dilakukan empat kali dalam seminggu selama enam minggu cukup efektif, namun sebaliknya dilaksanakan tiga hari agar tidak menjadi kelelahan dengan lama latihan enam minggu atau lebih. Penelitian yang telah

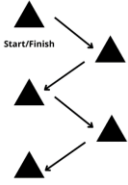

direncanakan sebelumnya memiliki prosedur yang dibagi menjadi beberapa tahapan, antara lain sebagai berikut:


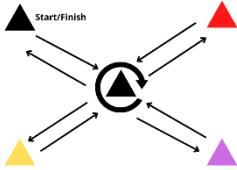
1. Tahap Persiapan, Dalam tahap ini peneliti memulai dengan pencarian sebuah masalah, pencarian masalah dilakukan dengan cara mencari dari permasalahan-permasalahan yang peneliti sebelumnya lakukan. Kemudian peneliti mengkaji semua penelitian yang peneliti baca untuk dijadikan permasalahan yang cocok untuk penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Selain itu peneliti juga berdiskusi dengan dosen pengampu mengenai permasalahan yang akan diangkat. Setelah menemukan permasalahan yang akan diangkat peneliti juga menanyakan metode yang cocok digunakan dalam penelitian kepada dosen pengampu. Setelah menemukan permasalahan dan metode yang cocok untuk permasalahan tersebut peneliti harus merancang tahapan-tahapan yang akan dilakukan untuk pengumpulan data dalam tahap pelaksanaan.
2. Tahap pelaksanaan, mendatangi club Shoot Basketball, melakukan perkenalan oleh peneliti yang bertujuan untuk memperoleh data anak-anak dan meminta izin untuk melakukan penelitian. Ketika melakukan tahap pelaksanaan peneliti dalam penelitiannya melakukan test awal (pretest) lalu diberikan latihan dribble zig-zag atau perlakuan (treatment), kemudian pada akhirnya pengambilan test akhir yang dimana disebut (posttest). Setelah terkumpul peneliti melakukan pengolahan data
3. Tahap pengolahan data, tahap ini dilakukan setelah data terkumpul. Data yang sudah terkumpul diolah dan di analisis. Selanjutnya dilakukan uji hipotesis, untuk mengetahui hipotesis yang telah diajukan tersebut di terima atau ditolak. Dengan demikian, hasil penelitian ditafsirkan dan ditarik kesimpulan.

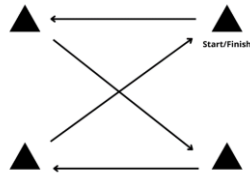
Tabel 3. 3
Program Latihan

NO	HARI TANGGAL	MATERI YANG DIBERIKAN	WAKTU LATIHAN
1	Pertemuan 1 Jumat 18 Maret 2022	Pretest (Tes keterampilan menggiring bola)	-
2	Pertemuan 2 Selasa 22 Maret 2022	Kegiatan awal : 1. Berdoa 2. Melakukan pemanasan (jogging mengelilingi lapangan sebanyak 3x) 3. Peregangan (Statis & Dinamis)	

		<p>4. Penjelasan mengenai latihan yang akan diberikan</p> <p>Kegiatan inti : Setiap bentuk latihan ini dilakukan 3 set dan 10 repetisi</p> <p>1. Bentuk latihan kesatu</p>  <p>Jarak cone ke cone 15 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Bermulai dari garis start (cone pertama), dribble ke arah cone kedua yang ada dikiri 2) Setelah sampai di cone kedua, lanjut ke cone ketiga yang berada di depan cone pertama 3) Sampai di cone ketiga, melanjutkan ke cone terakhir yang berada di kiri ujung 4) Setelah sampai di cone terakhir, atlet melakukannya dari garis start kembali <p>2. Bentuk latihan kedua</p>  <p>Jarak cone ke cone 5 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Memulai dari start, dribble mengitari cone kedua 2) Setelah sampai di cone kedua, melanjutkan gerakan yang sama sampai cone ke empat (garis start) 3) Sampai di cone keempat mengulangi kembali gerakan yang telah dilakukan <p>Kegiatan akhir :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pendinginan secara individu dan kelompok 2. Evaluasi dan berdoa 	45 menit
3	<p>Pertemuan 3 Jumat 25 Maret 2022</p>	<p>Kegiatan awal :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berdoa 2. Melakukan pemanasan (jogging mengelilingi lapangan sebanyak 3x) 3. Peregangan (Statis & Dinamis) 4. Penjelasan mengenai latihan yang akan diberikan <p>Kegiatan inti : Setiap bentuk latihan ini dilakukan 3 set dan 10 repetisi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bentuk latihan ketiga 	45 menit

		 <p>Jarak cone ke cone 6 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Memulai dari garis start dan dribble ke arah panah pertama 2) Setelah sampai di cone kedua, melakukan gerakan yang sama sampai cone yang terakhir 3) Sampai di cone terakhir, kembali ke garis start dan melakukan gerakan yang sama <p>2. Bentuk latihan keempat</p>  <p>Jarak cone ke cone 6 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Dimulai dari garis start dan medribble ke arah kone yang ada disamping, dan mengitarinya 2) Setelah itu lanjut kembali ke cone yang selanjutnya dan melakukan hal yang sama mengitari setiap cone 3) Sesampainya di cone terakhir, kembali ke garis start dan memulai kembali gerakan yang telah dijelaskan <p>Kegiatan akhir :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pendinginan secara individu dan kelompok 2. Evaluasi dan berdoa 	
4	<p>Pertemuan ke 4 Minggu 27 Maret 2022</p>	<p>Kegiatan awal :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berdoa 2. Melakukan pemanasan (jogging mengelilingi lapangan sebanyak 3x) 3. Peregangan (Statis & Dinamis) 4. Penjelasan mengenai latihan yang akan diberikan <p>Kegiatan inti :</p> <p>Setiap bentuk latihan ini dilakukan 3 set dan 10 repetisi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bentuk latihan kelima 	45 menit

		 <p>Jarak cone ke cone 1 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Mulai dari start, dan dribble melewati cone dengan cara mengitarinya 2) Gerakan yang sama setiap melewati cone, sampai di cone terakhir 3) Dan sesampainya di cone terakhir, kembali ke garis start dan memulai kembali gerakan yang sama <p>2. Bentuk latihan keenam</p>  <p>Jarak cone ke cone 8 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Dimulai di garis start dan menggiring bola ke arah cone yang ada ditengah 2) Setelah sampai di cone tengah, harus mengitarinya dahulu 3) Dan setelah mengitari dribble lagi ke arah cone warna merah 4) Setelah di cone warna merah, kembali lagi ke tengah dan dribble ke arah cone ungu 5) Sampai di cone ungu kembali lagi ke tengah dan dribble ke cone kuning 6) Setelah dicone terakhir kembali ke garis start dan memuainya kembali <p>Kegiatan akhir :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pendinginan secara individu dan kelompok 2. Evaluasi dan berdoa 	
5	<p>Pertemuan ke 5 Selasa 29 Maret 2022</p>	<p>Kegiatan awal :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berdoa 2. Melakukan pemanasan (jogging mengelilingi lapangan sebanyak 4x) 3. Peregangan (Statis & Dinamis) 4. Penjelasan mengenai latihan yang akan diberikan <p>Kegiatan inti :</p> <p>Setiap bentuk latihan ini dilakukan 3 set dan 15 repetisi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bentuk latihan kesatu 	55 menit

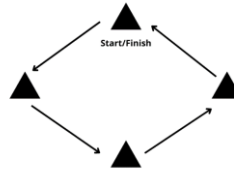


Jarak cone ke cone 15 meter

Pelaksanaan:

- 1) Bermulai dari garis start (cone pertama), dribble ke arah cone kedua yang ada dikiri
- 2) Setelah sampai di cone kedua, lanjut ke cone ketiga yang berada di depan cone pertama
- 3) Sampai di cone ketiga, melanjutkan ke cone terakhir yang berada di kiri ujung
- 4) Setelah sampai di cone terakhir, atlet melakukannya dari garis start kembali

2. Bentuk latihan kedua

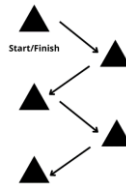


Jarak cone ke cone 5 meter

Pelaksanaan:

- 1) Memulai dari start, dribble mengitari cone kedua
- 2) Setelah sampai di cone kedua, melanjutkan gerakan yang sama sampai cone ke empat (garis start)
- 3) Sampai di cone keempat mengulangi kembali gerakan yang telah dilakukan

3. Bentuk latihan ketiga



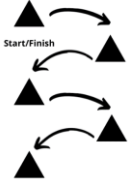

Jarak cone ke cone 6 meter

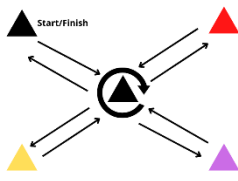
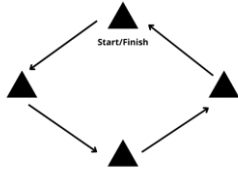
Pelaksanaan:


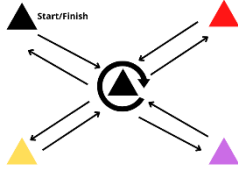
- 1) Memulai dari garis start dan dribble ke arah panah pertama
- 2) Setelah sampai di cone kedua, melakukan gerakan yang sama sampai cone yang terakhir
- 3) Sampai di cone terakhir, kembali ke garis start dan melakukan gerakan yang sama

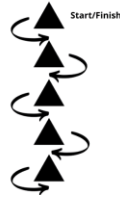
Kegiatan akhir :

1. Melakukan pendinginan secara individu dan kelompok

		2. Evaluasi dan berdoa	
6	Pertemuan ke 6 Jumat 1 April 2022	<p>Kegiatan awal :</p> <ol style="list-style-type: none"> Berdoa Melakukan pemanasan (jogging mengelilingi lapangan sebanyak 4x) Peregangan (Statis & Dinamis) Penjelasan mengenai latihan yang akan diberikan <p>Kegiatan inti :</p> <p>Setiap bentuk latihan ini dilakukan 3 set dan 15 repetisi</p> <ol style="list-style-type: none"> Bentuk latihan keempat <div style="text-align: center;">  </div> <p>Jarak cone ke cone 6 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> Dimulai dari garis start dan medribble ke arah kone yang ada disamping, dan mengitarinya Setelah itu lanjut kembali ke cone yang selanjutnya dan melakukan hal yang sama mengitari setiap cone Sesampainya di cone terakhir, kembali ke garis start dan memulai kembali gerakan yang telah dijelaskan Bentuk latihan kelima <div style="text-align: center;">  </div> <p>Jarak cone ke cone 1 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> Mulai dari start, dan dribble melewati cone dengan cara mengitarinya Gerakan yang sama setiap melewati cone, sampai di cone terakhir Dan sesampainya di cone terakhir, kembali ke garis start dan memulai kembali gerakan yang sama Bentuk latihan keenam 	55 menit

		 <p>Jarak cone ke cone 8 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Dimulai di garis start dan menggiring bola ke arah cone yang ada ditengah 2) Setelah sampai di cone tengah, harus mengitarinya dahulu 3) Dan setelah mengitari dribble lagi ke arah cone warna merah 4) Setelah di cone warna merah, kembali lagi ke tengah dan dribble ke arah cone ungu 5) Sampai di cone ungu kembali lagi ke tengah dan dribble ke cone kuning 6) Setelah dicone terakhir kembali ke garis start dan memuainya kembali <p>Kegiatan akhir :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pendinginan secara individu dan kelompok 2. Evaluasi dan berdoa 	
7	<p>Pertemuan ke 7 Minggu 3 April 2022</p>	<p>Kegiatan awal :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berdoa 2. Melakukan pemanasan (jogging mengelilingi lapangan sebanyak 4x) 3. Peregangan (Statis & Dinamis) 4. Penjelasan mengenai latihan yang akan diberikan <p>Kegiatan inti :</p> <p>Setiap bentuk latihan ini dilakukan 3 set dan 15 repetisi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bentuk latihan kedua  <p>Jarak cone ke cone 5 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Memulai dari start, dribble mengitari cone kedua 2) Setelah sampai di cone kedua, melanjutkan gerakan yang sama sampai cone ke empat (garis start) 3) Sampai di cone keempat mengulangi kembali gerakan yang telah dilakukan <ol style="list-style-type: none"> 2. Bentuk latihan keempat 	55 menit

		 <p>Jarak cone ke cone 6 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Dimulai dari garis start dan medribble ke arah kone yang ada disamping, dan mengitarinya 2) Setelah itu lanjut kembali ke cone yang selanjutnya dan melakukan hal yang sama mengitari setiap cone 3) Sesampainya di cone terakhir, kembali ke garis start dan memulai kembali gerakan yang telah dijelaskan <p>3. Bentuk latihan keenam</p>  <p>Jarak cone ke cone 8 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Dimulai di garis start dan menggiring bola ke arah cone yang ada ditengah 2) Setelah sampai di cone tengah, harus mengitarinya dahulu 3) Dan setelah mengitari dribble lagi ke arah cone warna merah 4) Setelah di cone warna merah, kembali lagi ke tengah dan dribble ke arah cone ungu 5) Sampai di cone ungu kembali lagi ke tengah dan dribble ke cone kuning 6) Setelah dicone terakhir kembali ke garis start dan memuainya kembali <p>Kegiatan akhir :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pendinginan secara individu dan kelompok 2. Evaluasi dan berdoa 	
8	<p>Pertemuan ke 8 Selasa 5 April 2022</p>	<p>Kegiatan awal :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berdoa 2. Melakukan pemanasan (jogging mengelilingi lapangan sebanyak 4x) 3. Peregangan (Statis & Dinamis) 4. Penjelasan mengenai latihan yang akan diberikan <p>Kegiatan inti :</p> <p>Setiap bentuk latihan ini dilakukan 3 set dan 15 repetisi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bentuk latihan kelima 	55 menit

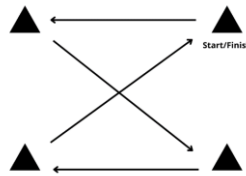


Jarak cone ke cone 1 meter

Pelaksanaan:

- 1) Mulai dari start, dan dribble melewati cone dengan cara mengitarinya
- 2) Gerakan yang sama setiap melewati cone, sampai di cone terakhir
- 3) Dan sesampainya di cone terakhir, kembali ke garis start dan memulai kembali gerakan yang sama

2. Bentuk latihan kesatu

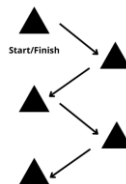


Jarak cone ke cone 15 meter

Pelaksanaan:

- 1) Bermulai dari garis start (cone pertama), dribble ke arah cone kedua yang ada dikiri
- 2) Setelah sampai di cone kedua, lanjut ke cone ketiga yang berada di depan cone pertama
- 3) Sampai di cone ketiga, melanjutkan ke cone terakhir yang berada di kiri ujung
- 4) Setelah sampai di cone terakhir, atlet melakukannya dari garis start kembali

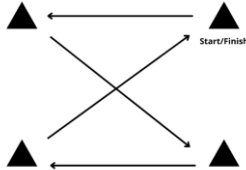
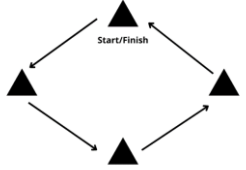
3. Bentuk latihan ketiga

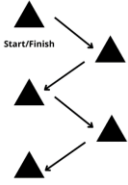



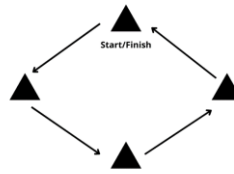
Jarak cone ke cone 6 meter

Pelaksanaan:

- 1) Memulai dari garis start dan dribble ke arah panah pertama
- 2) Setelah sampai di cone kedua, melakukan gerakan yang sama sampai cone yang terakhir
- 3) Sampai di cone terakhir, kembali ke garis start dan melakukan gerakan yang sama

		<p>Kegiatan akhir :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pendinginan secara individu dan kelompok 2. Evaluasi dan berdoa 	
9	<p>Pertemuan ke 9 Jumat 8 April 2022</p>	<p>Kegiatan awal :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berdoa 2. Melakukan pemanasan (jogging mengelilingi lapangan sebanyak 4x) 3. Peregangan (Statis & Dinamis) 4. Penjelasan mengenai latihan yang akan diberikan <p>Kegiatan inti :</p> <p>Setiap bentuk latihan ini dilakukan 4 set dan 12 repetisi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bentuk latihan kesatu  <p>Jarak cone ke cone 15 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Bermulai dari garis start (cone pertama), dribble ke arah cone kedua yang ada dikiri 2) Setelah sampai di cone kedua, lanjut ke cone ketiga yang berada di depan cone pertama 3) Sampai di cone ketiga, melanjutkan ke cone terakhir yang berada di kiri ujung 4) Setelah sampai di cone terakhir, atlet melakukannya dari garis start kembali <ol style="list-style-type: none"> 2. Bentuk latihan kedua  <p>Jarak cone ke cone 5 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Memulai dari start, dribble mengitari cone kedua 2) Setelah sampai di cone kedua, melanjutkan gerakan yang sama sampai cone ke empat (garis start) 3) Sampai di cone keempat mengulangi kembali gerakan yang telah dilakukan <ol style="list-style-type: none"> 3. Bentuk latihan ketiga 	65 menit

		 <p>Jarak cone ke cone 6 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Memulai dari garis start dan dribble ke arah panah pertama 2) Setelah sampai di cone kedua, melakukan gerakan yang sama sampai cone yang terakhir 3) Sampai di cone terakhir, kembali ke garis start dan melakukan gerakan yang sama <p>4. Bentuk latihan keempat</p>  <p>Jarak cone ke cone 6 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Dimulai dari garis start dan medribble ke arah kone yang ada disamping, dan mengitarinya 2) Setelah itu lanjut kembali ke cone yang selanjutnya dan melakukan hal yang sama mengitari setiap cone 3) Sesampainya di cone terakhir, kembali ke garis start dan memulai kembali gerakan yang telah dijelaskan <p>Kegiatan akhir :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pendinginan secara individu dan kelompok 2. Evaluasi dan berdoa 	
10	Pertemuan ke 10 Minggu 10 April 2022	<p>Kegiatan awal :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berdoa 2. Melakukan pemanasan (jogging mengelilingi lapangan sebanyak 4x) 3. Peregangan (Statis & Dinamis) 4. Penjelasan mengenai latihan yang akan diberikan <p>Kegiatan inti :</p> <p>Setiap bentuk latihan ini dilakukan 4 set dan 12 repetisi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bentuk latihan kedua 	65 menit



Jarak cone ke cone 5 meter

Pelaksanaan:

- 1) Memulai dari start, dribble mengitari cone kedua
- 2) Setelah sampai di cone kedua, melanjutkan gerakan yang sama sampai cone ke empat (garis start)
- 3) Sampai di cone keempat mengulangi kembali gerakan yang telah dilakukan

2. Bentuk latihan kelima

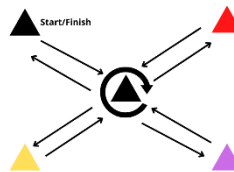


Jarak cone ke cone 1 meter

Pelaksanaan:

- 1) Mulai dari start, dan dribble melewati cone dengan cara mengitarinya
- 2) Gerakan yang sama setiap melewati cone, sampai di cone terakhir
- 3) Dan sesampainya di cone terakhir, kembali ke garis start dan memulai kembali gerakan yang sama

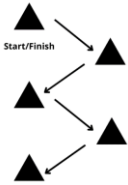

3. Bentuk latihan keenam

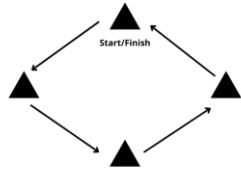


Jarak cone ke cone 8 meter

Pelaksanaan:

- 1) Dimulai di garis start dan menggiring bola ke arah cone yang ada ditengah
- 2) Setelah sampai di cone tengah, harus mengitarinya dahulu
- 3) Dan setelah mengitari dribble lagi ke arah cone warna merah
- 4) Setelah di cone warna merah, kembali lagi ke tengah dan dribble ke arah cone ungu

		<p>5) Sampai di cone ungu kembali lagi ke tengah dan dribble ke cone kuning</p> <p>6) Setelah dicone terakhir kembali ke garis start dan memuainya kembali</p> <p>4. Bentuk latihan ketiga</p>  <p>Jarak cone ke cone 6 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Memulai dari garis start dan dribble ke arah panah pertama 2) Setelah sampai di cone kedua, melakukan gerakan yang sama sampai cone yang terakhir 3) Sampai di cone terakhir, kembali ke garis start dan melakukan gerakan yang sama <p>Kegiatan akhir :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pendinginan secara individu dan kelompok 2. Evaluasi dan berdoa 	
11	Pertemuan ke 11 Selasa 12 April 2022	<p>Kegiatan awal :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berdoa 2. Melakukan pemanasan (jogging mengelilingi lapangan sebanyak 4x) 3. Peregangan (Statis & Dinamis) 4. Penjelasan mengenai latihan yang akan diberikan <p>Kegiatan inti :</p> <p>Setiap bentuk latihan ini dilakukan 4 set dan 12 repetisi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bentuk latihan kelima  <p>Jarak cone ke cone 1 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Mulai dari start, dan dribble melewati cone dengan cara mengitarinya 2) Gerakan yang sama setiap melewati cone, sampai di cone terakhir 3) Dan sesampainya di cone terakhir, kembali ke garis start dan memulai kembali gerakan yang sama <ol style="list-style-type: none"> 2. Bentuk latihan kedua 	70 menit

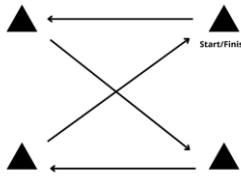


Jarak cone ke cone 5 meter

Pelaksanaan:

- 1) Memulai dari start, dribble mengitari cone kedua
- 2) Setelah sampai di cone kedua, melanjutkan gerakan yang sama sampai cone ke empat (garis start)
- 3) Sampai di cone keempat mengulangi kembali gerakan yang telah dilakukan

3. Bentuk latihan kesatu

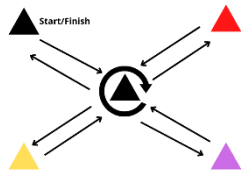


Jarak cone ke cone 15 meter

Pelaksanaan:

- 1) Bermulai dari garis start (cone pertama), dribble ke arah cone kedua yang ada dikiri
- 2) Setelah sampai di cone kedua, lanjut ke cone ketiga yang berada di depan cone pertama
- 3) Sampai di cone ketiga, melanjutkan ke cone terakhir yang berada di kiri ujung
- 4) Setelah sampai di cone terakhir, atlet melakukannya dari garis start kembali

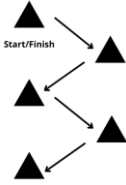
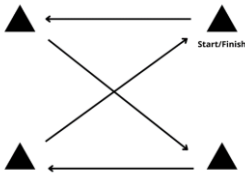
4. Bentuk latihan keenam



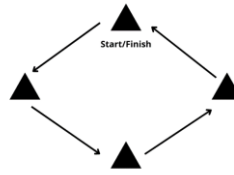
Jarak cone ke cone 8 meter

Pelaksanaan:

- 1) Dimulai di garis start dan menggiring bola ke arah cone yang ada ditengah
- 2) Setelah sampai di cone tengah, harus mengitarinya dahulu
- 3) Dan setelah mengitari dribble lagi ke arah cone warna merah

		<p>4) Setelah di cone warna merah, kembali lagi ke tengah dan dribble ke arah cone ungu</p> <p>5) Sampai di cone ungu kembali lagi ke tengah dan dribble ke cone kuning</p> <p>6) Setelah dicone terakhir kembali ke garis start dan memuainya kembali</p> <p>5. Bentuk latihan ketiga</p>  <p>Jarak cone ke cone 6 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Memulai dari garis start dan dribble ke arah panah pertama 2) Setelah sampai di cone kedua, melakukan gerakan yang sama sampai cone yang terakhir 3) Sampai di cone terakhir, kembali ke garis start dan melakukan gerakan yang sama <p>Kegiatan akhir :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pendinginan secara individu dan kelompok 2. Evaluasi dan berdoa 	
12	<p>Pertemuan ke 12 Jumat 15 April 2022</p>	<p>Kegiatan awal :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berdoa 2. Melakukan pemanasan (jogging mengelilingi lapangan sebanyak 3x) 3. Peregangan (Statis & Dinamis) 4. Penjelasan mengenai latihan yang akan diberikan <p>Kegiatan inti :</p> <p>Setiap bentuk latihan ini dilakukan 4 set dan 10 repetisi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bentuk latihan kesatu  <p>Jarak cone ke cone 15 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Bermulai dari garis start (cone pertama), dribble ke arah cone kedua yang ada dikiri 2) Setelah sampai di cone kedua, lanjut ke cone ketiga yang berada di depan cone pertama 3) Sampai di cone ketiga, melanjutkan ke cone terakhir yang berada di kiri ujung 4) Setelah sampai di cone terakhir, atlet melakukannya dari garis start kembali 	70 menit

2. Bentuk latihan kedua

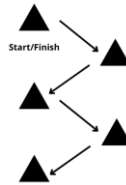


Jarak cone ke cone 5 meter

Pelaksanaan:

- 1) Memulai dari start, dribble mengitari cone kedua
- 2) Setelah sampai di cone kedua, melanjutkan gerakan yang sama sampai cone ke empat (garis start)
- 3) Sampai di cone keempat mengulangi kembali gerakan yang telah dilakukan

3. Bentuk latihan ketiga

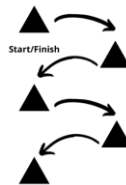


Jarak cone ke cone 6 meter

Pelaksanaan:

- 1) Memulai dari garis start dan dribble ke arah panah pertama
- 2) Setelah sampai di cone kedua, melakukan gerakan yang sama sampai cone yang terakhir
- 3) Sampai di cone terakhir, kembali ke garis start dan melakukan gerakan yang sama

4. Bentuk latihan keempat


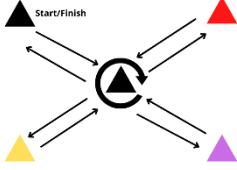


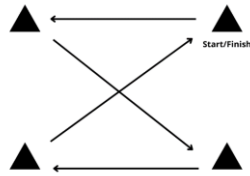
Jarak cone ke cone 6 meter

Pelaksanaan:

- 1) Dimulai dari garis start dan medribble ke arah kone yang ada disamping, dan mengitarinya
- 2) Setelah itu lanjut kembali ke cone yang selanjutnya dan melakukan hal yang sama mengitari setiap cone
- 3) Sesampainya di cone terakhir, kembali ke garis start dan memulai kembali gerakan yang telah dijelaskan

5. Bentuk latihan kelima

		 <p>Jarak cone ke cone 1 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Mulai dari start, dan dribble melewati cone dengan cara mengitarinya 2) Gerakan yang sama setiap melewati cone, sampai di cone terakhir 3) Dan sesampainya di cone terakhir, kembali ke garis start dan memulai kembali gerakan yang sama <p>6. Bentuk latihan keenam</p>  <p>Jarak cone ke cone 8 meter</p> <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Dimulai di garis start dan menggiring bola ke arah cone yang ada ditengah 2) Setelah sampai di cone tengah, harus mengitarinya dahulu 3) Dan setelah mengitari dribble lagi ke arah cone warna merah 4) Setelah di cone warna merah, kembali lagi ke tengah dan dribble ke arah cone ungu 5) Sampai di cone ungu kembali lagi ke tengah dan dribble ke cone kuning 6) Setelah dicone terakhir kembali ke garis start dan memuainya kembali <p>Kegiatan akhir :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pendinginan secara individu dan kelompok 2. Evaluasi dan berdoa 	
13	Pertemuan ke 13 Minggu 17 April 2022	<p>Kegiatan awal :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berdoa 2. Melakukan pemanasan (jogging mengelilingi lapangan sebanyak 3x) 3. Peregangan (Statis & Dinamis) 4. Penjelasan mengenai latihan yang akan diberikan <p>Kegiatan inti :</p> <p>Setiap bentuk latihan ini dilakukan 4 set dan 10 repetisi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bentuk latihan kesatu 	80

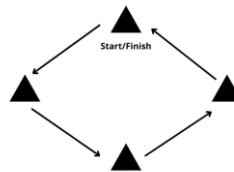


Jarak cone ke cone 15 meter

Pelaksanaan:

- 1) Bermulai dari garis start (cone pertama), dribble ke arah cone kedua yang ada dikiri
- 2) Setelah sampai di cone kedua, lanjut ke cone ketiga yang berada di depan cone pertama
- 3) Sampai di cone ketiga, melanjutkan ke cone terakhir yang berada di kiri ujung
- 4) Setelah sampai di cone terakhir, atlet melakukannya dari garis start kembali

2. Bentuk latihan kedua

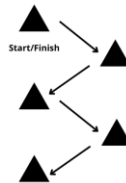


Jarak cone ke cone 5 meter

Pelaksanaan:

- 1) Memulai dari start, dribble mengitari cone kedua
- 2) Setelah sampai di cone kedua, melanjutkan gerakan yang sama sampai cone ke empat (garis start)
- 3) Sampai di cone keempat mengulangi kembali gerakan yang telah dilakukan

3. Bentuk latihan ketiga

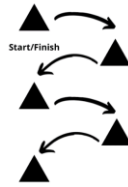


Jarak cone ke cone 6 meter

Pelaksanaan:

- 1) Memulai dari garis start dan dribble ke arah panah pertama
- 2) Setelah sampai di cone kedua, melakukan gerakan yang sama sampai cone yang terakhir
- 3) Sampai di cone terakhir, kembali ke garis start dan melakukan gerakan yang sama

4. Bentuk latihan keempat



Jarak cone ke cone 6 meter

Pelaksanaan:

- 1) Dimulai dari garis start dan medribble ke arah kone yang ada disamping, dan mengitarinya
- 2) Setelah itu lanjut kembali ke cone yang selanjutnya dan melakukan hal yang sama mengitari setiap cone
- 3) Sesampainya di cone terakhir, kembali ke garis start dan memulai kembali gerakan yang telah dijelaskan

5. Bentuk latihan kelima

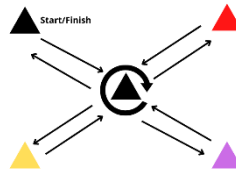


Jarak cone ke cone 1 meter

Pelaksanaan:

- 1) Mulai dari start, dan dribble melewati cone dengan cara mengitarinya
- 2) Gerakan yang sama setiap melewati cone, sampai di cone terakhir
- 3) Dan sesampainya di cone terakhir, kembali ke garis start dan memulai kembali gerakan yang sama

6. Bentuk latihan keenam



Jarak cone ke cone 8 meter

Pelaksanaan:

- 1) Dimulai di garis start dan menggiring bola ke arah cone yang ada ditengah
- 2) Setelah sampai di cone tengah, harus mengitarinya dahulu

		<p>3) Dan setelah mengitari dribble lagi ke arah cone warna merah</p> <p>4) Setelah di cone warna merah, kembali lagi ke tengah dan dribble ke arah cone ungu</p> <p>5) Sampai di cone ungu kembali lagi ke tengah dan dribble ke cone kuning</p> <p>6) Setelah dicone terakhir kembali ke garis start dan memuainya kembali</p> <p>Kegiatan akhir :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pendinginan secara individu dan kelompok 2. Evaluasi dan berdoa 	
14	Pertemuan ke 14 Selasa 19 April 2022	Posttest (Tes keterampilan menggiring bola)	-

3.6 Analisis Data

3.6.1 Uji Normalitas

Penghitungan uji normalitas di maksudkan untuk mengetahui apakah variabel - variabel dalam penelitian mempunyai sebaran distribusi normal atau tidak, sehingga dapat di pakai dalam *statistic parametric* (statistic inferensial). Dalam penelitian ini uji normalitas yang digunakan yaitu uji *sphiro wilk*. Langkah-langkah uji sphiro wilk:

1. Buka lembar kerja program SPSS lalu klik variable view pada SPSS data editor, tuliskan name dengan pretest dan posttest
2. Kemudian klik data view dan masukkan data pretest dan posttest ke kolom yang tersedia
3. Dari menu utama SPSS pilih menu analyze, kemudian pilih submenu descriptive statistic dan lalu pilih explore
4. Maka akan muncul dialog explore, masukkan variable pretest dan posttest ke kotak dependen list
5. Setelah itu klik plots, muncul kotak dialog, selanjutnya berikan tanda centang pada normality plots with tests, lalu klik continue dan klik ok
6. Maka akan muncul kotak output SPSS.

Dengan kata lain uji normalitas adalah uji untuk mengetahui apakah data *empiric* yang didapatkan dari lapangan itu sesuai dengan distribusi teoritik tertentu. Dalam kasus ini, disrtibusi normal.

Data kemampuan pemahaman matematis yang diperoleh dari kedua hasil harus dianalisis terlebih dahulu, apakah sampel data berasal dari sebaran populasi yang berdistribusi normal atau tidak normal. Analisis data yang dilakukan kali ini menggunakan bantuan program *SPSS 16.0 for windows*. Adapun hipotesis dari uji normalitas data, adalah sebagai berikut:

H_0 = data berasal dari sampel yang berdistribusi normal.

H_1 = data berasal dari sampel yang berdistribusi tidak normal.

Syarat yang harus dipenuhi dari analisis data yaitu taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ akan diterima apabila $\text{Sig} > 0,05$ dan H_0 ditolak apabila $\text{Sig} < 0,05$.

3.6.2 Uji Homogenitas

Setelah dilakukan uji normalitas dan diketahui bahwa data berdistribusi normal, maka dilakukan dengan uji homogenitas. Pengujian tersebut dilakukan untuk mengetahui apakah varian kedua kelompok atau berbeda. Selanjutnya, uji statistic untuk mengukur homogenitas dilakukan dengan cara sebagai berikut:

1. Jika data distribusi normal, maka uji statistiknya menggunakan uji levene's dengan menggunakan bantuan program SPSS 16.0 for windows.
2. Jika data berdistribusi tidak normal, maka uji statistiknya menggunakan uji chi-square dengan menggunakan bantuan program SPSS 10.0 for windows.

Kriteria pengujian hipotesis dengan taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$) adalah sebagai berikut:

- i. Jika $\text{Sig} < (\alpha = 0,05)$, maka H_0 ditolak.
- ii. Jika $\text{Sig} > (\alpha = 0,05)$, maka H_0 diterima.

3.6.3 Z-Score

Z-score adalah angka yang merupakan perbedaan antara nilai data dan rata-rata, dibagi dengan standar deviasi. Jika nilainya terletak diatas rata-rata maka Z-score-nya akan bernilai positif, sedangkan apabila nilainya dibawah nilai rata-rata maka Z-score-nya akan bernilai negatif. Z-Score ini juga disebut dengan nilai standar atau nilai baku.

$$\text{Z-score} = \frac{x - \bar{x}}{s}$$

Keterangan

s = Score yang diperoleh

\bar{x} = Rata-rata

s = Simpangan baku

3.6.4 T-Score

T-Score adalah bentuk lain dari skor standar dimana rata-rata ditentukan 50 dengan standar deviasi 10. T skor pada dasarnya adalah score Z yang ditulis dengan format lain. Score T dibuat apabila score Z nilainya dibawah skor mean distribusi.

T-Score digunakan apabila angka dari data Z-Score tidak bulat dan terdiri dari plus dan minus, untuk memudahkan dijadikan T-score, disamping itu T-score dapat juga digunakan untuk mengkonversi data yang satuannya adalah waktu, maka tanda + (plus) diganti dengan - (minus) sehingga data layak untuk di analisis. Rumus T-score :

$$\text{T-Score} = 50 + 10 \frac{x - \bar{x}}{s}$$

$$\text{T-Score} = 50 + 10 \frac{\bar{x} - x}{s} \text{ (untuk waktu)}$$

x = Score yang diperoleh

\bar{x} = Rata-rata

s = Simpangan baku

3.6.5 Uji t

Uji Paired Sample t test adalah pengujian yang digunakan untuk membandingkan dua variable sama atau tidak dengan asumsi data berdistribusi normal. Sampel berasal dari subjek yang sama, setiap variabel diambil saat situasi dan keadaan yang berbeda. Uji ini disebut juga uji t. Uji Paired Sample t test menunjukkan apakah sampel berpasangan mengalami perubahan yang bermakna. Hasil uji Paired Sample t test ditentukan oleh nilai signifikansinya. Nilai ini kemudian menentukan keputusan yang diambil dalam penelitian.

Uji t ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh latihan dribble zig-zag terhadap peningkatan kemampuan dribble di club basket shoot cicalengka. Uji t ini dilakukan jika sampel berdistribusi normal, dengan langkah-langkah sebagai berikut.

1. Buka lembar kerja baru program SPSS caranya pilih variabel view. Selanjutnya isikan data variabel yaitu Pre test dan Post test sesuai dengan data yang diperlukan.

2. Isilah data pada Data View sesuai dengan data yang diperoleh.
3. Kemudian klik analyze – compare means – paired sample T test lalu klik data pretest dan posttest ke paired variable Berikutnya klik Options maka muncul kotak dialog “Paired Sample T test: Options”. Pada Confidence Interval Percentage tulis 95 (artinya kita menggunakan tingkat kepercayaan 95% atau signifikansi 5% atau 0,05), lalu klik continue. lalu klik ok (akan muncul hasil data dan yang dipilih yaitu data paired sample test dengan melihat data yang akan digunakan sig (2-tailed)
4. Menentukan hipotesis nol dan hipotesis alternatifnya
 H_0 : Tidak terdapat pengaruh latihan dribble zig-zag terhadap peningkatan kemampuan dribble di club basket shoot cicalengka
 H_1 : Terdapat pengaruh latihan dribble zig-zag terhadap peningkatan kemampuan dribble di club basket shoot cicalengka
5. Kriteria penerimaan keputusan :
 Jika nilai SIG > dari 0,05 maka H_1 DITOLAK
 Jika nilai SIG < dari 0,05 maka H_1 DITERIMA

3.6.6 Uji Wilcoxon

Teknik analisis uji Wilcoxon (rank sum test) merupakan pengembangan dari teknik analisis uji tanda. Uji Wilcoxon termasuk statistika non-parametrik yang digunakan untuk uji beda antara dua sampel yang tidak berhubungan (independent) yang berskala ordinal, atau data yang berskala interval tetapi asumsi distribusi populasi yang normal tidak terpenuhi. Cara melakukan uji Wilcoxon dengan SPSS :

1. Buka lembar kerja baru program SPSS caranya pilih variabel view. pada tampilan ini kita akan memberikan nama dan kelengkapan untuk variable penelitian.
2. Setelah penamaan variable dibuat, langkah selanjutnya klik Data view, lalu isikan data penelitian di atas sesuai data yang diperoleh, sehingga akan tampak dilayar.
3. Langkah selanjutnya, klik menu Analyze lalu pilih Nonparametric Test kemudian pilih Legacy Dialogs lalu pilih 2 Related Samples.
4. Kemudian dilayar akan muncul kotak dialog “two related sample test” selanjutnya variable Pre Test [pre] dan Post Test [post] ke kotak Test pairs secara

bersamaan, kemudian pada bagian “Test Type” berikan centang pada pilihan Wilcoxon, lalu klik Ok.

5. Sehingga maka akan muncul output “Wilcoxon Signed Rank Test”.

3.6.7 Uji Regresi Linier

Uji koefisien determinasi atau R square merupakan uji untuk mengetahui seberapa besar pengaruh yang diberikan variable bebas (X) terhadap variable terikat (Y), biasanya disetiap penelitian eksperimen selalu memakai uji ini untuk memprediksi dan melihat sumbangan pengaruh yang diberikan. Yuliara (2016). Cara melakukan uji R square :

1. Buka aplikasi SPSS, buat kamar data untuk 2 data, pre test dan post test.
2. Lalu isikan datanya, masuk ke menu analyze, cari regression pilih linear.
3. Setelah itu masukan data X ke dependent dan data Y ke independent.
4. Klik ok, dan muncul output hasil dari uji regresi.