BAB III
METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

3.1.1 Metode penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan salah satu dalam metode penelitian yaitu metode eksperimen yang mana metode eksperimen termasuk ke dalam penelitian kuantitatif. Metode eksperimen sendiri memiliki arti yaitu bahwa suatu metode penelitian untuk mencari pengaruh dalam perlakukan tertentu dalam kondisi yang terkendalikan (Sugiyono, 2015). Oleh karena itu peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian menggunakan metode eksperimen karena sesuai dengan tujuan dan judul dari penelitian ini yaitu untuk mencari adakah pengaruh pengelolaan media yang berubah terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan sepak bola.

3.1.2 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian kuasi eksperimen *Nonequivalent Control Group Design* yang memiliki arti yaitu dua kelompok yang berbeda antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak dipilih secara random oleh karena itu desain penelitian ini mengharuskan membagi menjadi dua kelompok karena adanya dua kelompok yang akan dibandingkan yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Berikut merupakan bentuk desain dari penelitian ini :

O_1	X	O_2
O_3		O_4

Gambar 3. 1 Desain Penelitian *Nonequivalent Control Group Design*
Sumber: (Sugiyono, 2015)

Keterangan :

X : Perlakuan

O_1 : *Pretest* kelompok eksperimen

O_2 : *Posttest* kelompok eksperimen

Achmad Tri Choeri Mukti, 2022
PENGARUH MEDIA BERUBAH TERHADAP KETEPATAN SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

O_3 : *Pretest* kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan

O_4 : *Posttest* kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan

Gambar desain penelitian menunjukan bahwa kelompok eksperimen diberikan *treatment* setelah melakukan *pretest* sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan *treatment* atau perlakuan. Kelompok eksperimen diberikan latihan *shooting* dengan menggunakan pengelolaan media yang berubah dan berbeda disetiap pertemuan serta memberikan variasi latihan *shooting* bola bergerak dan bola diam, sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan latihan biasa tanpa memberikan perlakuan yang sama dengan kelompok eksperimen.

3.2 Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah seluruh pihak yang terlibat dalam penelitian di SSB Cendekia Putra yang meliputi 1 orang kepala sekolah, 1 orang pelatih kepala dan beserta 3 asisten pelatih dan manajemen yang menaungi SSB serta salah satu rekan peneliti.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Untuk menyusun sampai dengan analisis data peneliti harus menemukan data. Data tersebut diperoleh dari populasi yang ada di tempat yang akan peneliti teliti. Dalam penelitian ini populasi yang di ambil oleh peneliti yaitu atlet dari SSB Cendekia Putra yang berjumlah 50 orang dengan rentang usia yang beragam.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah yang dimiliki dari populasi tersebut. Pengambilan sampel terjadi bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi tersebut. Seperti contoh keterbatasan waktu, dana serta tenaga maka peneliti dapat menggunakan sampel yang berasal dari jumlah populasi. Dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* yang berarti teknik mengambil sampel dengan tidak berdasarkan random, daerah, atau strata melainkan dengan kriteria dan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2015). Berikut merupakan kriteria-kriteria dari sampel yang peneliti ambil dari SSB Cendekia Putra:

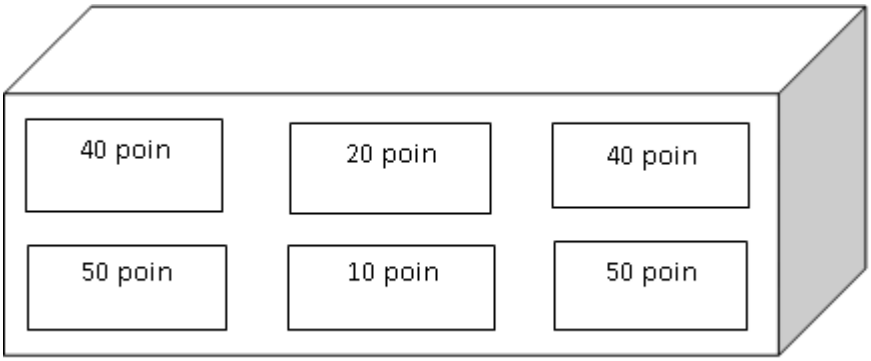
1. Atlet usia sekolah dasar dengan rentang usia 10-12
2. Atlet yang baru masuk di SSB Cendekia Putra
3. Atlet yang pernah mengikuti turnamen sebelumnya
4. Atlet yang pernah melakukan uji tanding sebelumnya

Seluruh sampel yang peneliti pilih dalam penelitian ini berdasarkan kriteria yang peneliti ajukan melakukan tes awal untuk pembagian kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dengan melalui tes tidak resmi. Tes yang peneliti ajukan yaitu dengan melakukan tes jarak tendangan untuk mengukur seberapa jauh tendangan yang bisa didapatkan oleh masing-masing atlet. Setelah semua melakukan tes awal peneliti dapat melihat hasilnya dan dapat membuat ranking secara keseluruhan dari jumlah sampel dan dapat membagi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan sama banyak. Alasan peneliti mengambil sampel dengan teknik *purposive sampling* karena teknik ini sendiri memili arti yang sesuai dengan tujuan dari peneliti yaitu dengan meneliti tingkatan usia sekolah dasar dengan usia 9-12 tahun yang berjumlah 30 orang degan rincian kelompok eksperimen 15 orang dan kelompok kontrol 15 orang.

3.4 Instrument Penelitian

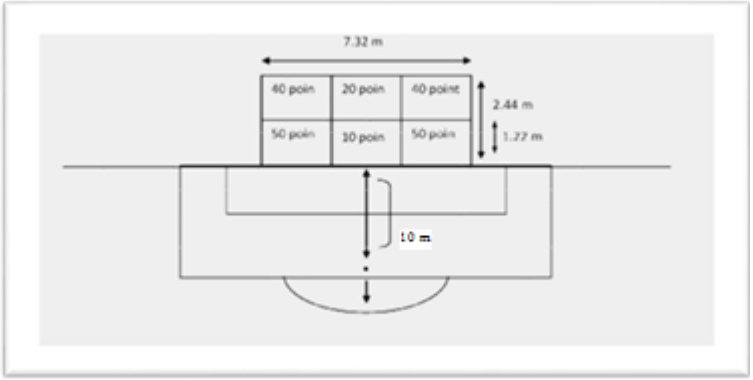
Instrumen penelitian ini yaitu dengan tes ketepatan *shooting*. Instrumen ini juga untuk mengukur suatu objek serta mengumpulkan data dari nilai variabel yang akan diteliti. Instrumen merupakan sebuah alat ukur untuk memenuhi prasayarat dalam penelitian untuk mengukur suatu objek serta mengumpulkan data dari sebuah variabel. Dalam penelitian ini peneliti mengambil sebuah tes yaitu tes *Shooting* Bobby Charlton yang dikemukakan oleh Danny Mielke (dalam Baidhowi, 2014). Tes validitas dalam instrumen ini 0,896 dan realibilitas instrumen tes ini 0,879. Tes ini sudah baku dan sudah dikatakan valid serta kredibel karena sudah teruji kevalidan dan krealibilitasnya sehingga tidak perlu untuk dilakukan uji ulang. Tes yang diberikan yaitu dengan membagi bidang gawang menjadi enam wilayah skor. Sudut atas bernilai 40 poin, sudut bawah bernilai 50 poin, bagian atas tengah 20 poin, bagian bawah tengah 10 poin. Setiap pemain memiliki kesempatan untuk menendang bola diam sebanyak empat bola di depan gawang. Jarak antara pemain dari gawang

adalah 10 meter. Pemain (atlet) mempunyai waktu 15 detik untuk menendang keempat bola tersebut ke dalam gawang.



Gambar 3. 2 Skor Dalam Gawang Untuk Tes *Shooting*
Sumber: (Baidhowi, 2014)

Dengan menggunakan format tes *shooting* Bobby Charlton peneliti secara langsung mengetahui sejauh mana atau bagaimana cara pemain (atlet) melakuan *shooting* sebelum dan sesudah diberlakukan *treatment.*



Gambar 3. 3 Jarak Tes *Shooting*
Sumber: (Rinaldi dkk, 2016)

Pada format tes *shooting* ini pemain (atlet) diberi kesempatan sebanyak 4 kali untuk menendang bola diam ke arah gawang untuk mendapatkan angka yang sudah di tempatkan pada gawang. Prosedur pelaksanaan tes ini dimulai ketika peneliti meniupkan peluit yang merupakan tanda atlet untuk melakukan tes awal, ketika pemain melebihi waktu yang sudah disediakan oleh peneliti yaitu 15 detik. Para pemain berhak menggunakan kaki terkuat mereka untuk melakukan tes sehingga para pemain dapat memaksimalkan kemampuan mereka. Pada saat *pretest* semua atlet yang menjadi sampel melakukan tes awal yaitu melakukan *shooting* dengan bola diam dengan jarak 10 meter dengan 4

kali kesempatan menendang bola dengan waktu 15 detik. Peneliti dapat mencatat seluruh skor yang telah didapatkan oleh seluruh sampel. Rencana peralatan yang digunakan dalam penelitian antara lain:

1. Bola
2. Alat tulis
3. Tali rafia
4. Ember
5. Kardus Mie Instan / Air Mineral
6. Ember Cat
7. Hula Hoop
8. Cones
9. Botol Air Mineral 1500 liter
10. Tiang gawang
11. Tembok
12. Kapur

Tabel 3. 1
Kriteria Penilaian *Shooting* Bola

Norma	Skor Test
Baik Sekali	170-190
Baik	130-160
Sedang	90-120
Kurang	50-80
Kurang Sekali	10-40

Sumber: (Baidhowi, 2014)

Tabel 3. 2
Format Penilaian *Pretest* dan *Posttest Shooting* Sepak Bola

No	Nama	*Pretest*	*Posttest*
		Perolehan Skor	Perolehan Skor
1			
2			
Dst			

3.5 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian ini terbagi menjadi 3 tahap yaitu sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

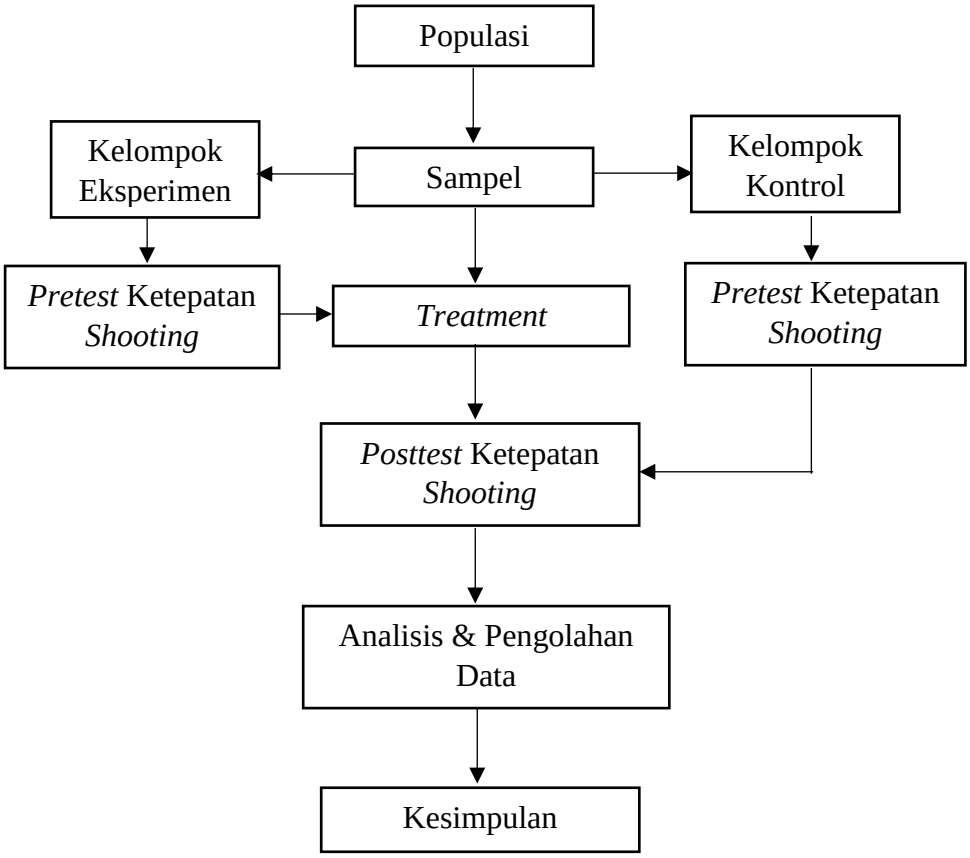
Pada tahap ini ada beberapa kegiatan yang harus di lakukan oleh peneliti salah satunya adalah perizinan ke SSB Cendekia Putra untuk melaksanakan penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan yang pertama dilakukan adalah melakukan *pretest* oleh peneliti yang bertujuan untuk mengukur sejauh mana kemampuan ketepatan menendang bola para pemain (atlet). Ketika melakukan tahap pelaksanaan peneliti yang pertama kali dilakukan adalah harus mengetes seluruh sampel pemain (atlet) terlebih dahulu untuk mengetahui hasil awal yang akan dijadikan sebagai *pretest*, setelah sudah melakukan hal tersebut hanya kelompok eksperimen yang nantinya akan diberikan *treatment* oleh peneliti melakukan variasi latihan menendang bola dengan mengelola berbagai macam media yang berubah. Kelompok eksperimen yang sudah ditentukan diberi perlakuan sebanyak 14 kali pertemuan yang diestimasikan berjalan selama 1 bulan lebih. Sedangkan untuk kelompok kontrol hanya diberikan perlakuan latihan biasa atau konvensional. Untuk waktu pertemuan sebanyak 12 kali pertemuan melakukan *treatment* dan 2 pertemuan melakukan *pretest* dan *posttest* semua kelompok baik kelompok kontrol dan kelompok eksperimen melakukan tes akhir atau yang dinamakan dengan *posttest* semua kegiatan tersebut dilakukan untuk mendapatkan data.

3. Tahap Pengolahan data

Tahap ini dilakukan setelah semua data terkumpul. Data yang sudah terkumpul diolah dan dianalisis. Selanjutnya, dilakukan uji normalitas, uji homogenitas dan uji hipotesis, untuk mengetahui hipotesis yang telah dibuat tersebut diterima atau ditolak. Dengan begitu, hasil penelitian dapat ditafsirkan dan ditarik kesimpulan. Untuk lebih jelas lagi berikut merupakan alurnya:



Gambar 3. 4 Prosedur Penelitian

3.5.1 Program Latihan

Dalam tata cara pelaksanaan instrumen yang dilakukan 12 kali pertemuan seperti yang dikemukakan oleh Herre (dalam Harsono, 2015) bahwa *macro cycle* adalah siklus latihan jangka panjang yang bisa memprediksikan waktu yang cukup lama antara 6 bulan, 1 tahun, hingga bertahun-tahun, sedangkan *meso cycle* siklus latihan kurang dari 3-6 minggu. Oleh karena itu penelitian ini menggunakan *meso cycle* yang berlangsung selama 3 kali dalam seminggu dan dalam 12 kali pertemuan yang diestimasikan berjalan selama 1 bulan. Sampel melakukan sebuah latihan variasi *shooting* untuk melatih ketepatan *shooting* dalam permainan sepak bola, setiap pertemuan kelompok eksperimen melakukan variasi latihan *shooting* bola dalam program latihan yang sudah disusun oleh peneliti. Akan tetapi latihan yang diberikan oleh peneliti adalah latihan variasi *shooting* menggunakan pengelolaan media yang berubah diantaranya menggunakan berbagai macam media yaitu kardus mie instan atau

air mineral, ember, cones, bola, ember cat, botol air mineral 1500 liter, tembok, tiang gawang dan hula hoop.

Berbagai macam media digunkanan untuk menjalankan program latihan yang sudah disusun oleh peneliti serta dilakukan agar sampel tidak mengalami kejenuhan dalam berpartisipasi didalam penelitian ini. Dijelaskan dalam prosedur penelitian yang dimulai pertama adalah tahap persiapan lalu masuk kedalam tahap pelaksanaan yang didalamnya terdapat program latihan yang telah disusun oleh peneliti dan yang terakhir ada tahap pengelohan data. Berikut merupakan program latihan yang peneliti ajukan:

Tabel 3. 3
Program Latihan

Tanggal	Pertemuan	Kegiatan	Waktu
9 Mei 2022	1	Pelaksanaan *pretest shooting*	120 Menit
13 Mei 2022	2	Latihan *shooting* dengan bantuan media ember sebagai target sasaran	120 Menit
14 Mei 2022	3	Latihan *shooting* dengan bantuan media kardus sebagai target sasaran	120 Menit
16 Mei 2022	4	Latihan *shooting* dengan bantuan media ember cat sebagai target sasaran	120 Menit
20 Mei 2022	5	Latihan *shooting* dengan bantuan media bola sebagai target sasaran	120 Menit
21 Mei 2022	6	Latihan *shooting* dengan bantuan media cones sebagai target sasaran	120 Menit
23 Mei 2022	7	Latihan *shooting* dengan bantuan media botol air mineral sebagai target sasaran	120 Menit

27 Mei 2022	8	Latihan *shooting* dengan bantuan media kardus gantung sebagai target sasaran	120 Menit
28 Mei 2022	9	Latihan s*hooting* dengan bantuan media hulahoop rotan gantung sebagai target sasaran	120 Menit
30 Mei 2022	10	Latihan *shooting* dengan bantuan media holahoop plastik gantung sebagai target sasaran	120 Menit
3 Juni 2022	11	Latihan *shooting* dengan bantuan media tembok sebagai target sasaran	120 Menit
4 Juni 2022	12	Latihan *shooting* dengan bantuan media bola gantung sebagai target sasaran	120 Menit
6 Juni 2022	13	Latihan *shooting* dengan bantuan media tiang gawang atas sebagai target sasaran	120 Menit
10 Juni 2022	14	Pelaksanaan *posttest shooting*	120 Menit

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa program latihan yang telah disusun selama 14 kali pertemuan yang mana 2 pertemuan merupakan proses pengambilan data untuk *pretest* dan *posttest* yang diakumulasikan menjadi 14 kali pertemuan dan setiap pertemuan melakukan latihan yang telah disusun oleh peneliti dan juga sudah tertera tanggal-tanggal dari peneliti di mulai. Akan tetapi latihan yang diberikan oleh peneliti adalah latihan *shooting* menggunakan berbagai macam media yang berubah diantaranya kardus, ember, bola, botol mineral, ember cat, hula hoop, cones dan tiang gawang dan tembok serta jarak yang berubah, yang mana dilakukan agar sampel tidak mengalami kejenuhan dalam berpartisipasi di dalam penelitian ini. semua kegiatan diatas dilakukan untuk mendapatkan data yang diperlukan dalam penelitian ini setelah semua

data telah didapat maka peneliti dapat melanjutkan ke dalam proses pengolahan data.

Dalam proses ini data dikumpulkan dan dianalisis untuk dilakukan berbagai macam uji diantaranya uji hipotesis untuk mengetahui hipotesis yang diajukan oleh peneliti dapat diterima atau ditolak. Dengan demikian maka hasil dari penelitian dapat ditarik kesimpulan dan ditafsirkan dengan baik. Variabel yang berada dalam penelitian ini ada dua yaitu variabel terikat dan variabel bebas yang mana variabel sendiri memiliki arti menurut Hatch dan Farhadi (dalam Sugiyono, 2015) variabel dapat didefinisikan sebagai atribut dari seseorang atau obyek yang memiliki variasi antara satu orang dengan yang lainnya, atau suatu obyek dengan obyek lainnya.

Variabel bebas dan variabel terikat dalam penelitian menjadi dasar dalam konsep penelitian yang peneliti susun dan rancang untuk memecahkan permasalahan yang terjadi di lapangan. Berikut merupakan rincian dai variabel dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel bebas (*independent variable*) yaitu pengelolaan media yang berubah
2. Variabel terikat (*dependent variable*) yaitu kemampuan *shooting* dalam atlet SSB Cendekia Putra.

Oleh karena itu varibel-variabel ini harus dapat dikendalikan oleh peneliti agar penelitian tidak keluar dari jalur permasalahan yang peneliti angkat dan teliti.

3.6 Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data

1. Teknik Pengolahan data

   Berkaitan dengan masalah yang diteliti, maka sampel dari penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data test praktek atau tes kemampuan yang akan menjadi data utama dalam penelitian ini.

2. Analisis data

   Untuk mengetahui ketepatan *shooting* terhadap permainan sepak bola untuk menganalisis data menggunakan SPSS.20.0 *For Windows*. Dalam penelitian ini teknik menganalisis data menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, uji hipotesis dengan uji-t dengan *independent sample t test*. Pada pengujian dan hasil pengukuran penelitian ini untuk membantu analisis jadi lebih baik. Dalam menganalisis peneliti menggunakan bantuan progam SPSS.

3.6.1 Uji Normalitas

Uji normalitas adalah sebuah uji yang dilakukan dengan tujuan untuk menilai sebaran data sebuah kelompok variable apakah sebaran data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Menurut Usmadi (2020) dalam pengujian normalitas terhadap data ini digunakan untuk menentukan apakah data yang diteliti normal atau tidak. Uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* digunakan untuk pengujian ini dengan tarif signifikan 5%, jika nilai sig > α = 0,05 maka data berdistribusi normal dan jika < 0,05 maka data berdistribusi tidak normal.

3.6.2 Uji Homogenitas

Setelah melakukan uji normalitas, selanjutnya yaitu melakukan uji homogenitas, ini dilakukan untuk mengetahui apakah beberapa data dari sampel memiliki varian homogen atau tidak. Homogen memiliki arti bahwa apakah variansi dari sebuah data apakah sama atau tidak dari suatu kelompok (Sari dkk, 2017). Cara pengambilan keputusan dalam uji homogenitas yaitu sebagai berikut:

1. Jika nilai signifikansi < 0,05 maka dikatakan bahwa varians dari populasi data adalah tidak homogen.
2. Jika nilai signifikansi > 0,05 maka dikatakan bahwa varians dari populasi data adalah homogen.

3.6.3 Uji Hipotesis

Setelah data terkumpul, maka langkah selanjtnya adalah menganalisis data tersebut. Setelah uji normalitas dan uji homogenitas dilakukan maka dapat diketahui bahwa keduanya berdistribusi normal dan homogen maka dilakukan uji hipotesis. Uji hipotesis adalah sebuah proses yang dimana menentukan sebuah dugaan tentang nilai pada parameter yang dimana karakter populasi didukung oleh data sampel yang kuat (Sugiharto, 2009).. Dengan demikian uji hipotesis yang akan digunakan yaitu *Independet Sample T-Test* dengan bantuan *software* SPSS versi 20.0 *for windows* untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan pengaruh pengelolaan media yang berubah terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan sepak bola dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Jika probabilitas < 0,05 pada taraf 5% maka terdapat pengaruh yang signifikan pengelolaan media yang berubah terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan sepak bola. Dengan kriteria pengambilan keputusan:

H_0 = tidak terdapat pengaruh media berubah terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan sepak bola.

H_1 = terdapat pengaruh media berubah terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan sepak bola.