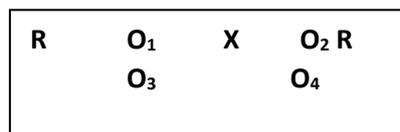


BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode eksperimen. Tentang metode eksperimen (John Creswell, 2008) mengemukakan bahwa “Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan”.

Untuk memperlancar proses penelitian maka perlu dilakukan langkah-langkah yang akan peneliti lakukan dalam penelitian ini. Desain penelitian ini diharapkan bisa menjadi pedoman bagi peneliti dalam melaksanakan setiap langkah-langkah penelitian yang akan diambil agar proses penelitian berjalan sesuai dengan prosedur yang benar dalam rangka melakukan penelitian untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Desain pada penelitian ini yaitu True Eksperimen *Pretest–Posttest Control Groups Design*, pada desain ini merupakan penelitian eksperimen yang paling kuat karena terdapat control sebagai pembanding hasil dari perlakuan yang akan dilakukan dalam penelitian.



Gambar 3. 1 Desain Penelitian

Keterangan :

- R = Random (sampel/penugasan)
- X = Treatment/Perlakuan
- O₁ = Pre Test/Tes awal kelompok eksperimen
- O₂ = Post Test/Tes akhir kelompok eksperimen
- O₃ = Pre Test/Tes awal kelompok kontrol
- O₄ = Post Test/Tes akhir kelompok kontrol

3.2 Populasi dan Sampel

Dalam menyusun sampai dengan menganalisis data untuk mendapatkan gambaran sesuai dengan yang diharapkan. Pada umumnya sumber data pada penelitian disebut populasi dan sampel penelitian. Dalam hal ini Bret Hanlon and Bret Larget (2011, hlm. 7) mengemukakan "*A population is all the individuals or units of interest; typically, there is not available data for almost all individuals in a population*". Pada penjelasan tersebut menyatakan populasi adalah semua individu yang menjadi bagian dari penelitian yang ditetapkan oleh peneliti.

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet sepakbola yang ada di Tegalbuleud, sebanyak ± 30 orang dengan jenis kelamin laki-laki. Dalam penelitian ini penulis menggunakan sebagian dari populasi ini yang dinamakan sampel.

Sampel merupakan kelompok kecil yang lebih terfokus untuk penelitian. Menurut Lutan dkk. (dalam Karimah, N. (2017) "Sampel adalah kelompok yang digunakan dalam peneliti dimana data / informasi itu diperoleh". Sampel ini juga disebut dengan wakil dari populasi, sesuai dengan yang dikemukakan Bret Hanlon and Bret Larget (2011, hlm. 7) mengemukakan "*A sample is a subset of the individuals in a population; there is typically, data available for individuals in samples*". Pada penjelasan tersebut menyatakan sampel adalah sebagian individu atau wakil dari suatu populasi. Tujuan dari pengambilan sampel adalah untuk memilih testi untuk mewakili populasinya. Dalam menentukan sampel penulis menggunakan teknik purposive sampling artinya sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian (John Creswell, 2008). Dalam penelitian ini sampel berjumlah 22 orang yang terbagi 11 orang kelompok eksperimen dan 11 orang kelompok kontrol.

3.3 Instrumen Penelitian

Pada prinsipnya, meneliti adalah melakukan pengukuran terhadap fenomena sosial maupun alam. Meneliti dengan data yang sudah ada lebih tepat kalau dinamakan membuat laporan dari pada melakukan penelitian. Namun, demikian skala yang paling rendah laporan juga dapat sebagai bentuk penelitian (Emory, dalam Sugiyono, 2012, hlm. 147). Karena dalam prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran, maka harus ada alat ukur yang baik. Alat ukur

dalam penelitian biasanya dinamakan instrumen penelitian. Jadi, instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena ini disebut variabel penelitian. Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan secara internal di Tegallubuleud mulai dari pree-test atau tes awal melaksanakan pertandingan dan pemberian perlakuan mental imagery pettlep sampai post test atau test akhir pertandingan dilaksanakan di SSB tegalbuleud. Adapun instrumen yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitian adalah:

3.3.1 Lembar Angket

Lembar angket atau pengamatan digunakan untuk mengamati aktivitas selama pelatihan dan pertandingan berlangsung. Lembar angket untuk kecemasan atlet berisi aspek-aspek yang disusun peneliti pada tahap perencanaan penelitian. Instrument kecemasan diadopsi dari (R. E. Smith et al., 1990) yang memiliki tiga faktor kecemasan yaitu kecemasan somatik, khawatir, dan gangguan konsentrasi. Kisi-kisi instrumen kecemasan yang telah peneliti terjemahkan adalah sebagai berikut: Kisi-kisi lembar angket dalam disajikan dalam Tabel 3.1:

Tabel 3. 1 Lembar Angket Kecemasan

DATA RESPONDEN

Petunjuk pengisian : Isilah lembar biodata responden dengan lengkap dan benar.

1. No. Responden : _____
2. Nama/ Kelas : _____
3. Umur : _____
4. Jenis Kelamin : _____

Kisi-kisi Instrumen Kecemasan

Variabel	Faktor	Indikator	Butir
Kecemasan	Kecemasan somatik	Merasa Gugup	
		Tegang	
		Badan Gemetar	
		Detak Jantung Cepat	

	khawatir	Ragu - Ragu	
		Kurang Percaya Diri	
		Merasa Tertekan	
	Gangguan Konsentrasi	Memikirkan Hal lain	
		Kurang Fokus	
		Tidak Percaya Diri	

3.3.2 The Game Performance Assesment Instrument (GPAI)

Penilaian performa bertanding pada dasarnya membutuhkan kecermatan observasi pada saat permainan berlangsung. Untuk membantu menilai performa bertanding sewaktu permainan berlangsung Griffin, Mitchell, dan Oslin telah menciptakan suatu instrument penilaian yang diberi nama Game Performance Assesment Instrument (GPAI) yaitu instrument penilaian keterampilan bermain yang bertujuan mengobservasi dan mendata perilaku penampilan pemain sewaktu permainan berlangsung.

Komponen-komponen yang ada di dalam GPAI meliputi base, adjust, decision, skill execution, support, cover dan guard/mark. Keterangan komponen-komponen tersebut tercantum dalam tabel dibawah ini. Daniel Memmert and Stephen Harvey (2008, hlm. 222) mengemukakan Tabel 3.2 :

Tabel 3. 2 Game Components Observed in the GPAI (Generic Definition)

<i>Game Component</i>	<i>Description</i>
<i>Home base</i>	Pemain yang kembali ke posisi semula setelah dia melakukan suatu gerakan keterampilan tertentu, baik pada saat bertahan atau menyerang.
<i>Adjust</i>	Pergerakan seorang pemain yang sesuai dengan tuntutan situasi permainan, baik pada saat menyerang atau bertahan.
<i>Decision making</i>	Keputusan yang diambil pemain dalam situasi, situasi permainan,

	baik pada saat menyerang atau bertahan.
<i>Skill execution</i>	Setelah membuat keputusan barulah seorang pemain melakukan tindakan dengan memilih jenis keterampilan yang digunakannya.
<i>Support</i>	Memberikan dukungan kepada teman seregunya baik pada saat bertahan maupun menyerang.
<i>Cover</i>	Gerakan ini dilakukan untuk melapis pertahanan di belakang teman yang sedang berusaha menghalangi laju serangan lawan atau yang sedang bergerak ke arah lawan yang menguasai bola.
<i>Guard or mark</i>	Maksudnya adalah menahan laju gerakan lawan, baik yang sedang atau yang tidak menguasai bola.

Di bawah ini merupakan contoh-contoh penghitungan *performance* yang dikemukakan oleh Mitchell, Oslin, dan Griffin (2013):

- 1) *Game involvement* = jumlah keputusan yang tepat + jumlah keputusan yang tidak tepat + jumlah *skill executions* yang efisien + jumlah *skill executions* yang tidak efisien + jumlah *supporting movements*
- 2) *Decision making Index (DMI)* = pembuatan jumlah keputusan yang tepat / (jumlah pembuatan jumlah keputusan yang tepat) + pembuatan jumlah keputusan yang tidak tepat
- 3) *Skill execution index (SEI)* = jumlah *skill executions* yang efisien / (jumlah *skill executions* yang efisien) + jumlah jumlah *skill executions* yang tidak efisien
- 4) *Support index (SI)* = jumlah *supporting movements* yang tepat / (jumlah *supporting movements* yang tepat) + jumlah *supporting* yang tidak tepat

$$5) \text{ Game performance} = (\text{DMI} + \text{SEI} + \text{SI}) / 3.$$

(% keputusan yang dibuat + % kemampuan dalam mengeksekusi) /

Dalam penelitian ini, terdapat tiga aspek yang dijadikan fokus dalam menilai performa bertanding atlet SSB Tegal Buleud, yaitu pengambilan keputusan (*decision making*), melaksanakan keterampilan tertentu (*skill execution*), dan memberi dukungan (*support*) karena penulis menilai aspek-aspek tersebut diharapkan bisa memecahkan masalah dalam sebuah permainan. Sedangkan komponen yang lainnya sudah dianggap cukup terwakili. Sucipto (2015, hlm 103) mengungkapkan “Guru pendidikan jasmani dapat menentukan sendiri komponen apa saja yang perlu diamati yang disesuaikan dengan apa yang menjadi inti pelajaran yang diberikan pada saat itu”. Maka dari itu GPAI mempunyai keuntungan sifatnya fleksibel sesuai dengan tujuan pembelajaran. Ketiga aspek diatas penulis menilai sudah mencerminkan kemampuan pemain untuk memecahkan permasalahan dalam situasi pertandingan dengan jalan mengambil keputusan, melakukan pergerakan yang sesuai dengan tuntutan situasi permainan, melaksanakan jenis keterampilan yang dipilihnya. Adapun penjabarannya seperti di Tabel 3.3:

Tabel 3. 3 Instrumen Pengukuran performa bermain Untuk Invasion Game (GPAI)

Instrumen Pengukuran Penampilan Bermain			
Untuk <i>Invasion Game</i> (GPAI)			
: _____	Evaluator: _____	Tim: _____	Permainan: _____
Tanggal Observasi: _____			
Pemberian Skor			
TT = Tidak Tepat			
T = Tepat			
TE = Tidak Efisien			
E = Efisien			
TT = Tidak Tepat			
T = Tepat			

Komponen Penampilan Bermain	Kriteria
1. Keputusan yang diambil (<i>Decision Making</i>)	<ul style="list-style-type: none"> • pemain berusaha mengoper ke teman yang berdiri bebas. • pemain berusaha menerima bola yang dioper dari temannya. • pemain berusaha menggiring bola untuk membebaskan diri dari lawan. • pemain berusaha melakukan tembakan bola ketika dalam posisi tanpa penjagaan lawan. • Pemain yang berusaha kembali ke pertahanan setelah melakukan penyerangan
2. Melaksanakan keterampilan (<i>Skill Execution</i>)	<ul style="list-style-type: none"> • pemain mengoper bola dengan tepat kepada temannya. • pemain berhasil mengontrol bola dengan baik • pemain menggiring bola ke daerah pertahanan lawan. • pemain melakukan tendangan ke gawang • pemain yang berhasil merebut dan memotong bola dari lawan
3. Memberi dukungan (<i>Support</i>)	<ul style="list-style-type: none"> • pemain berusaha bergerak menempati posisi yang bebas untuk menerima operan bola. • pemain berusaha melakukan operan dan bergerak mendukung penyerangan. • pemain berusaha membebaskan temannya untuk melakukan penyerangan.

	<ul style="list-style-type: none"> • pemain berusaha mengambil bola dari lawan untuk melakukan penyerangan. • Pemain yang berusaha memberikan semangat dan motivasi terhadap rekan satu tim.
--	--

(Sumber : Mitchell, J. L. Oslin, dan L.L. Griffin, 2013 hlm. 50)

Berdasarkan bentuk tes membuat keputusan taktik dan pelaksanaan keterampilan GPAI tersebut, terdapat beberapa aspek yang akan di nilai. Setiap aspek diberikan bobot skor dengan menggunakan skala likert Table 3.4.

Tabel 3. 4 Format Penilaian performa bermain Sepakbola

NO	Nama	Decision Making					Skill Execution					Support				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

Tabel 3. 5 Pengukuran GPAI

NAMA :
Penampilan Bermain = + + + + + =
Decision Making = T : (T+ TT) =
Skill Execution = E : (E+TE) =
Support = T : (T+TT) =
Skor Penampilan Bermain = (DM + SE + SU) : 3 =
NILAI =

3.4 Catatan Lapangan

Catatan lapangan adalah alat yang penting, karena akan membahas dan berguna sebagai alat perantara, yaitu apa yang dilihat, didengar, dirasakan, dicium dan diraba dengan catatan sebenarnya. Proses pelaksanaan dilakukan setiap selesai mengadakan penelitian. Hal ini selaras dengan yang diungkapkan oleh Kunandar (dalam Gunawan, R. 2016, hlm.63) bahwa “ Catatan lapangan adalah catatan yang dibuat oleh peneliti atau mitra peneliti yang melakukan pengamatan atau observasi terhadap subjek penelitian tindakan kelas ”. Jadi, catatan lapangan ini akan diisi oleh observer yang nantinya observer tersebut memberitahukan kepada penulis atau peneliti tentang hal yang terjadi pada saat aktifitas pembelajaran berlangsung. Adapun format catatan lapangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 6 Catatan Lapangan

Catatan Lapangan	
Tindakan	;
Hari/ tanggal	:
Waktu	:
Pelatih	:
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

3.5 Analisis Data

Untuk menguji pengaruh variabel bebas dalam penelitian ini digunakan teknik analisis deskriptif statistik dan uji hipotesis dengan pengolahan data menggunakan program *Statistical Product for Sosial Science (SPSS) 25*. Adapun proses atau tahapan yang akan dilakukan dalam pengolahan dan analisis data ini adalah sebagai berikut:

3.5.1 Uji Normalitas

Uji normalitas ini memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *Shapiro-Wilk*. Format pengujian dengan membandingkan nilai signifikansi (sig.) dengan derajat kebebasan $\alpha = 0.05$. Jika nilai signifikansi (sig.) > 0.05 , maka data dinyatakan normal dan sebaliknya jika nilai signifikansi (sig.) < 0.05 , maka data dinyatakan tidak normal (Sugiyono, 2015).

3.5.2 Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian homogen atau tidak. Dalam uji homogenitas data dapat dilakukan dengan pengujian menggunakan *levene statistic* dengan taraf signifikansi $\alpha = 0.05$. Jika hasil nilai sig. > 0.05 data homogen dan jika nilai sig. < 0.05 data tidak homogen (Sugiyono, 2015).

3.5.3 Uji Hipotesis

Dalam melakukan uji hipotesis, penelitian ini menggunakan *independent sample t-test* dengan syarat data berdistribusi normal dan homogen dengan tujuan untuk menguji signifikansi perbedaan dari dua rata-rata. Dasar pengambilan keputusannya adalah sebagai berikut.

- 1) Jika probabilitas signifikansi $\geq 0,05$ maka H_0 diterima

Jika probabilitas signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak