

BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Dalam hal suatu penelitian terdapat sebuah masalah yang akan di pecahkan dan untuk mengetahui hasil harus ada jawaban dari langkah- langkah yang terstruktur. Metode penelitian merupakan langkah-langkah sistematis yang di lakukan mengenai pelaksanaan suatu penelitian. Cara ilmiah yang digunakan untuk mendapatkan data dengan kegunaan dan tujuan tertentu di sebut dengan metode penelitian, (Yani, 2017). Pendapat lain juga menjelaskan bahwa metode eksperimen merupakan suatu penelitian yang di lakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan di antara sebab dan akibat dengan adanya perlakuan kepada subjek yang diberikan, salah satu ciri utama adanya *treatment*. Walaupun dari kedua penelitian memiliki sebuah persamaan dan perbedaan karena sebuah memiliki ciri khas dari suatu masalah yang di teliti.

Hal ini juga berkaitan dengan penelitian yang saya gunakan yaitu metode kuantitatif, penelitian ini lebih memusatkan pada gejala-gejala yang mempunyai karakteristik tertentu dalam kehidupan manusia, yang dinamakan variable. Di lakukan dengan mengamati fakta-fakta social untuk melihat kecenderungan yang menghubungkan pakta social lainnya (Gunawan, 2016). Pendapat lain juga mengungkapkan penelitian kuantitatif sebuah metode penelitian yang lebih menggunakan pendekatan kearah kalkulasi angka-angka, sehingga penelitian ini oleh beberapa pakar di sebut juga metode positivistic sebab di landasi oleh filsafat postivisime. Jenis penelitian ini juga di pandang bersifar rasional, sistematis, terukur dan objektif. Metode penelitian selalu memiliki karakteristik yang berbeda dalam setiap permasalahan yang diteliti, contohnya metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan jenis eksperimen. Penelitian ini bertujuan untuk mencari sebuah pengaruh dari treachment yang di berikan tentang bagaimana Efek program latihan *El Rondo* memiliki pengaruh atau tidak terhadap *First Touch* saat permainan sepakbola.

3.2 Variabel Penelitian

Menurut sugiyono (2015) variable penelitian adalah “Segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang di tetapkan oleh peneliti untuk di pelajari sehingga di peroleh informasi tentang hal tersebut, kemudian di tarik kesimpulannya “(hlm.60).

Hubungan antara satu variable dengan variable lain maka variable di bedakan menjadi 2:

1. Variable idenpeden

Variable ini sering di sebut sebagai *stimulus, predictor. Antecedent*. Dalam bahasa indonesianya di sebut sebagai variable bebas, variable bebas adalah yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variable dipenden (terikat).

2. Variable dependen

Variable dependen (*output*). Kriteria konsekuan. Dalam bahasa Indonesia di sebut sebagai variable terikat. Variable terikat merupakan variable yang di pengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variable bebas (hlt.61).

Sesuai pendapat di atas variable dalam penelitian ini ada dua macam yaitu variable bebas (x) dan variable terikat (Y). Variable bebasnya adalah pengaruh latihan *El Rondo* sedangkan variable terikatnya adalah *First Touch* dalam bermain sepakbola.

3.3 Desain Penelitian

Sebuah rancangan penelitian adalah cara untuk mendapat jawaban dari apa yang akan diteliti. Desain penelitian merupakan rancangan bagaimana suatu penelitian akan dilakukan rancangan ini digunakan untuk mendapatkan hasil pernyataan yang di rumuskan. Dikatakan sebagai pre-eksperimen desain ini belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh, karena terdapat variable luar yang ikut berpengaruh terhadap agar terbentuknya dependen. (Sugiyono, 2019, hlm. 74). Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-eksperimental design* dengan bentuk *one-group pretest-posttest design* desain yang berbentuk O1 X O2 Dimana (X) Adalah perlakuan atau *treatment*, (O1) adalah tes awal (*pretest*), dan O2 adalah tes terakhir (*posttest*).



Gambar. 3.1 *one group pretest-posttest design*

Sumber: (Syafrietal et al., 2018)

Keterangan

X : perlakuan

O₁ : *pretest*

O₂ : *posttest*

Dalam desain ini tidak mempunyai kelompok control, dan subjek tidak di tempatkan secara acak. Kelebihan desain ini adalah dilakukannya pretest dan posttest sehingga dapat di ketahui dengan pasti dari senci perbedaan hasiln akibat perlakuan (*treatment*) yang berbeda.

3.4 Populasi dan Sampel

Penelitian yang akan di lakukan dalam penelitian ini terkait efek latihan *el rondo* terhadap ketepatan *First Touch* dalam permainan sepakbola hal pertama untuk menentukan populasi untuk menentukan populasi menentukan sebuah tempat dan sumber data penelitian yang akan di teliti. Dalam hal ini mengemukakan bahwa penelitian yang di lakukan, populasi ini merupakan segala sesuatu tentang keseluruhan objek penelitian (Arikunto, 2013). Pendapat lain menjelaskan populasi merupakan seluruh bagian dari subjek atau objek penelitian yang sesuai kebutuhan peneliti. Jadi populasi merupakan jumlah keseluruhan dari objek yang akan di teliti, objek yang memiliki karakteristik, dimana akan memberikan data secara umum terhadap penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah Atlet Zazaway FC, sebanyak 14 atlet.

Pengambilan sampel juga dapat diberlakukan dari sebuah jumlah dan ciri-ciri yang dimiliki oleh populasi. Sehingga di jelaskan bagian sampel merupakan sebagian atau yang mewakili populasi yang di teliti (Arikunto, 2013) . Sedangkan pendapat lain memngemukakan, sampel merupakan kelompok kecil yang dalam

penelitian berfungsi untuk mendapat sebuah informasi mengenai penelitian yang sedang di lakukan . Teknik pengambilan sampel dengan cara sampling jenuh yaitu teknik penentuan sampel jika sebuah populasi relatif kecil, kurang dari 30 orang (Sugiyono, 2019, hlm. 85). Oleh karena itu berdasarkan penentuan sampel penelitian memnggunakan sampel jenuh disini keseluruhan populasi dijadikan sampel penelitian, maka sampel yang akan di beri perlakuan dan latihan oleh peneliti hanya 14 orang yang merupakan pemain Zazaway Fc.

3.5 Teknik pengumpulan data

Pengumpulan data akan menjadi sebuah bagian penting dari proses sebuah penelitian karena kualitas sebuah penelitian tergantung sejauh mana pengumpulan data dilakukan, sebuah penelitian gagal sebagai dari akibat proses pengumpulan data yang salah (Maksum, 2012). Sehingga pengumpulan data menjadi suatu yang sangat penting dalam pengumpulan data karena tingkat keberhasilan sebuah sebuah penelitian bagaimana kita dapat mengolahnya.

1. *Pretest* (tes awal)

Dalam tes awal ini bertujuan untuk mengetahui teknik keadaan awal *passing* dan *First Touch* permainan sepakbola menggunakan *tes passing short bobbycharlton..*

2. *Tretment* (pemberlian perlakuan)

Tretment yang dilakukan pada penelitian ini yaitu *El Rondo* atau kucing-kucingan. Pemberian *Tretment* ini akan dilakukan selama 18 kali pertemuan yang di laksanakan selama seminggu 3 kali.

3. *Posttest* (tes akhir)

Tes akhir dilakukan untuk mengetahui adakan perbedaan dari tes awal, dan bertujuan untuk mengetahui juga apakah *El Rondo* atau kucing-kucingan memiliki dampak signifikan untuk memperbaiki kualitas dan *First Touch* saat permainan sepakbola.

3.6 Instrumen penelitian

Untuk melakukan suatu proses penelitian, alat ukur yang digunakan sebagai alat pengumpulan data diamati dalam penelitian olahraga alat ukur menjadi bagian yang sangat penting untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam penelitian. Data yang digunakan berupa tes atau non tes. Instrumen penelitian merupakan sebuah alat yang digunakan sebagai mengukur sebuah kejadian alam maupun keadaan lingkungan social yang diamati. Tes merupakan sebuah instrument alat yang di gunakan untuk memngukur atau mendapatkan sebuah informasi mengenai individu objek (Maksum, 2012, hlm.107). Penulis memakai penelitian eksperimen sehingga perlu adanya *treatment*, untuk mengetahui hasil pengaruh dari perlakuan *treatment*, dan perbedaanya sesuai yang diinginkan pada saat meneliti maka harus diadakan pengtesan awal yang disebut tes eksperimen awal dan kemudian melakukan tes akhir atau tes eksperimen akhir. Instrumen yang digunakan yaitu tes ketepatan *passing* sepakbola (*Short Passing*). (Kusuma, 2016, hlm. 37)

1. Tes *passing*

- a. Tujuan : untuk mengetahui akurasi *passing* pemain terhadap target.
- b. Peralatan pasilitas : Bola sebanyak 4 buah, Rompi 4, gawang kecil ukuran 40x61 cm sebanyak 4 buah, pluit, cone dan meteran.



Gambar. 3.2 Tes *shourt passing*

(Kusuma, *Bobby Charlton*, 2016)

Penjelasan:

1. Jarak antar bola 10 meter
2. Jarak memasukan bola ke gawang kecil 10 meter

3. Corner yang berwarna biru adalah garis finish
4. Ukuran Gawang



Gambar. 3.3 Gawang kecil

2. Pelaksanaan

- a. Pemain berada di posisi garis star
- b. Saat peluit berbunyi pemain langsung berlari kearah bola 1 langsung menendang bola mengarahkan ke sasaran 1
- c. Kemudian pemain berlari menuju arah bola 2 untuk menendang dan mengarahkan ke sasaran 2
- d. Pemain langsung berlari lagi menuju arah bola untuk melakukan tendangan ke arah sasaran 3
- e. Terakhir pemain berlari menuju arah bola 4 untuk melakukan tendangan terakhir yang di arahkan ke sasaran 4, setelah itu pemain berlari ke finish line.

3. Cara menskor

- a. Bola yang mengenai sasaran atau masuk ke gawang diberi nilai 25 poin sedangkan bola yang tidak mengenai sasaran mendapatkan nilai 0.
- b. Pelaksanaan di lakukan 4 kali percobaan menggunakan kaki terkuat

3.7. Teknik Analisis Data

Langkah-langkah yang dilakukan untuk menguji diterima atau ditolaknya hipotesis, dalam pengelolaan data penulis menggunakan statistika dari buku yang

ditulis oleh Narlan, (2017) dibawah ini dengan menggunakan rumus-rumus statistika sebagai berikut.

1. Membuat distribusi frekuensi.

Menghitung skor rata-rata (mean) dari masing-masing tes, rumus yang digunakan:

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{n}$$

\bar{X} = Nilai rata-rata yang dicari

\sum = Sigma atau jumlah

n = jumlah sampel

2. Menghitung Standar deviasi atau simpangan baku dengan rumus sebagai berikut.

$$S = \sqrt{\frac{\sum(x - \bar{x})^2}{n-1}}$$

S = simpangan baku yang dicari

n = jumlah sampel

\sum = sigma atau jumlah

\bar{X} = nilai rata-rata

3. Menghitung varians dari masing-masing tes, rumus yang digunakan adalah sebagai berikut.

$$S^2 = \frac{\sum(x - \bar{x})^2}{n-1}$$

Arti tanda-tanda tersebut adalah :

S^2 = Nilai varians yang dicari

n = jumlah sampel

\sum = sigma atau jumlah

4. Menguji normalitas data dari setiap tes melalui penghitungan statistik uji Lilliefors, dengan langkah-langkah sebagai berikut :
 - a. Skor perolehan dikalikan dengan angka baku dengan rumus :

$$Z = \frac{X - \bar{X}}{S}$$

b. Menghitung peluang untuk tiap angka baku dengan rumus :

$$F(Z_i) = P(Z \leq Z_i)$$

c. Menghitung proporsi Z_i , atau $[S(Z_i)]$ dengan rumus :

$$\frac{Z_1, Z_2, Z_3, \dots, Z_n}{n}$$

d. Menghitung selisih mutlak : $| F(Z_i) - S(Z_i) |$

e. Ambil harga yang paling besar dari harga mutlak tersebut sebagai lilliefors hitung (L_o).

f. Bandingkan L_o dengan L_{tabel} jika L_o lebih kecil atau sama dengan L_{tabel} , maka data berdistribusi normal dan tolak dalam hal lainnya.

5. Menguji homogenitas data dari setiap kelompok melalui penghitungan statistik F dengan menggunakan rumus sebagai berikut.

$$F = \frac{\text{Variansi terbesar}}{\text{Variansi terkecil}}$$

Kriteria pengujian dengan menggunakan distribusi F dengan taraf nyata (α) = 0,05 dan derajat kebebasan $dk = n - 1$. Apabila angka F_{hitung} lebih kecil atau sama dengan F_{tabel} distribusi ($F \leq F_{1/2\alpha}(V_1, V_2)$), maka data-data dari kelompok tes itu homogen. $F_{1/2\alpha}(V_1, V_2)$ didapat dari daftar distribusi F dengan peluang $1/2\alpha$, sedangkan derajat kebebasan V_1 dan V_2 masing-masing sesuai dengan dk pembilang dan dk penyebut = n .

6. Menguji hipotesis melalui pendekatan uji perbedaan dua rata-rata uji satu pihak (uji t). Apabila data tersebut berdistribusi normal dan homogen maka rumus yang digunakan adalah :

$$t^1 = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\left(\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}\right)}}$$

Arti tanda-tanda dalam rumus tersebut sebagai berikut

t^1 = Nilai signifikansi yang dicari.

\bar{X}_1 = Skor rata-rata dari tes awal atau variabel I.

\bar{X}_2 = Skor rata-rata dari tes akhir atau variabel II

n = Jumlah sampel

S_1^2 = Varians sampel tes awal atau variabel I.

S_2^2 = Varians dari sampel tes akhir atau variabel II

Tentukan Hipotesis, ditolak/diterima, dengan kriteria :

- a. Terima hipotesis jika nilai t. hitung lebih kecil dari nilai t. tabel pada t (0,05); n-1.
- b. Tolak hipotesis, jika nilai -t. hitung lebih besar dari nilai t-tabel, pada t (0,05) (n-1).

3.8. Langkah-langkah Penelitian

1) Tahap persiapan

- a. obsevasi ketempat penelitian, yaitu lapang cibuluh yonif 303
- b. menyusun proposal yang di bantu pемbingbing
- c. seminar proposal penelitian untuk memperoleh masukan-masukan dalam pelaksanaan penelitian.
- d. pengurusan surat-surat rekomendasi penelitian.

2) Tahap pelaksanaan

Penelitian melaksanakan test *short passing*

3) Tahap akhir

Peneliti melaporkan hasil penelitian dalam bentuk tulisan serta menyimpulkan hasil penelitian

3.9. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan juli 2022 dan dilanjutkan dengan *treatment* perlakuan latihan *el rondo* 16 kali pertemuan dan di tambah dua kali tes dengan kegiatan latihan dilakukan pada hari selasa, kamis, jumat. Dari bulan juli sampai dengan bulan agustus 2022. Seluruh rangkaian pengambilan data dilakukan di lapang yonif 303 (lapang cibuluh yang berada di garut), dengan objek penelitian yaitu atlet Zazaway FC tahun 2021/2022.