

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Variabel Penelitian**

##### **1. Identifikasi Variabel Penelitian**

Menurut Sugiyono (2013: 2) variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

Variabel dalam penelitian ini dapat dibedakan menjadi dua variabel yaitu variabel terikat (*dependent*) dan variabel bebas (*independent*). Variabel-variabel tersebut antara lain ialah :

a. Variabel terikat (*Dependent Variable*)

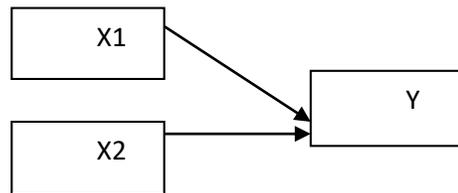
Menurut Sugiyono (2013: 4) variabel terikat ialah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah kemampuan lompat jauh gaya *schnepper* (Y).

b. Variabel bebas (*Independent Variable*)

Menurut Sugiyono (2013: 4) variabel bebas yaitu merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah :

- 1) Tinggi Badan (X1)
- 2) Kecepatan Lari (X2)

### 3) Menggiring Bola (Y)



Gambar 3.1 Rancangan Penelitian Maksum (2009 :63)

Keterangan :

X1 : Tinggi Badan

X2 : Kecepatan Lari

Y : Menggiring Bola

## B. Pendekatan dan Teknik Penelitian

### 1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian merupakan cara yang dilakukan peneliti untuk menguasai dan mengembangkan ilmu pengetahuan yang paling tinggi validitasnya dan ketepatannya sebagai acuan dalam penelitian. Pendekatan penelitian dapat mengarahkan penelitian yang akan kita kaji sehingga penelitian tersebut menjadi lebih dalam.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Alasan peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif adalah data yang akan dianalisis dalam penelitian ini berbentuk angka yang sifatnya obyektif, dapat diukur, rasional, dan sistematis.

## **2. Teknik Penelitian**

Teknik penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik penelitian asosiatif. Menurut Sugiyono (2013: 93) teknik penelitian asosiatif ini merupakan penelitian yang berusaha mencari hubungan antara satu variabel dengan variabel lain. Penelitian ini termasuk ke dalam jenis asosiatif yang bersifat kausal, yang artinya hubungan yang bersifat sebab akibat. Jadi disini ada dua variabel yaitu *independent variable* (variabel yang mempengaruhi) dan *dependent variable* (variabel yang dipengaruhi).

## **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan oleh peneliti di SSB Beringin Putra Kecamatan Sukodadi Lamongan di lapangan Sepakbola Tempat SSB berlatih.

### **2. Waktu Penelitian**

Dalam penelitian ini waktu yang sudah ditentukan oleh peneliti yaitu pada awal bulan Juni 2020

## **D. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Menurut Sugiyono (2013: 115) populasi adalah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini adalah atlet SSB Beringin Putra berjumlah 30 atlet.

## **2. Sampel**

Menurut Sugiyono (2013: 116) sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel populasi yaitu diambil keseluruhan populasi karena jumlah yang terbatas.

## **E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Pengembangan Instrumen**

Menurut Sugiyono (2013: 148) berpendapat bahwa instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena tersebut adalah variabel penelitian.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes. Menurut Arikunto (2010: 53) Tes adalah merupakan alat atau prosedur yang digunakan untuk mengetahui atau mengukur sesuatu dalam suasana, dengan cara dan aturan-aturan yang sudah ditentukan.

Dalam melakukan tes pada penelitian ini akan ada beberapa jenis tes, yaitu tinggi badan, kecepatan lari, dan kemampuan menggiring bola.

#### **a. Tes Tinggi Badan**

Menurut Albertus fenaniampir (2015:31) tes tinggi badan meliputi sebagai berikut:

- 1) Tujuan : mengukur postur tinggi badan
- 2) Perlengkapan : palang meteran atau penggaris, lantai datar, dan dinding
- 3) Pelaksanaa :
  - a) testi berdiri tegak dilantai datar dan dinding yang permukaannya tidak bergelombang dan vertikal hingga testi dapat berdiri tegak dengan tumit, pantat, panggul, dan penggung menempel pada dinding
  - b) skala pengukuran di buat permanen di atas dinding atau papan dengan ketelitian 0,5 cm
  - c) testi di ukur tanpa mengenakan kaki
  - d) dagu agak ditekuk sedikit kebawah
  - e) palang meteran atau penggaris diletakan diatas kepala testi secara mendatar
  - f) tekan kepal testi hendaknya jangan terlalu keras agar dapt menyebabkan posisi testi tidak berubah



Gambar 3.2 Alat ukur Tinggi badan (Albertus)

#### b. Tes Kecepatan Lari

Tujuan : untuk mengukur kecepatan seseorang

Alat :

1. Stop watch menurut keperluan
2. Bendera start 1 buah
3. Formulir dan alat –alat tulis
4. Lintasan lurus dan rata dengan jarak 40 yard

Pengetes:

1. Starter 1 orang
2. Pengambil waktu menurut keperluan
3. Pengawas dan pencatat 1 orang

Pelaksanaan tes:

1. Start dilakukan dengan start berdiri

2. Pada satu ujung kakinya sedekat mungkin dengan garis start
3. Pada aba-aba “siap ‘ teste siap berlari
4. Pada aba-aba “ya” teste berlari secepat-cepatnya menempuh jarak 40 yard sampai melewati garis finish
5. Bersamaan aba-aba “ya” stop watch dijalankan dan dihentikan pada saat testee mencapai garis finish. (Menurut Albertus fenaniampir (2015:31)

**c. Tes Kemampuan Menggiring Bola**

Tes kemampuan menggiring bola dilakukan dengan menggiring bola Zig-zag dengan melewati 10 tiang pancang. Dengan jarak 2 meter untuk tiap pancang. Tes melakukan dengan menggiring bola melalui sela-sela pancang. Setelah sampai pada tiang pancang ke-10, bola harus digiring menuju start (Mielke, 2007:8).

Pelaksanaan tes:

1) tujuan

untuk mengukur kemampuan menggiring bola

2) alat/perlengkapan

a) lapangan

b) 10 buah pancang ukuran 2 meter

c) stopwatch

d) bola

e) tali panjang 20 meter

f) meteran

g) kapur

h) formulir dan alat tulis

3) pelaksanaan

a) aba-aba “siap” testee berdiri dibelakang garis start dengan bola siap untuk digiring.

b) pada aba-aba “ya” testee mulai menggiring bola dengan melewati setiap pancang secara urut.

c) kalau terjadi kesalahan, maka harus diulang di mana kesalahan terjadi.

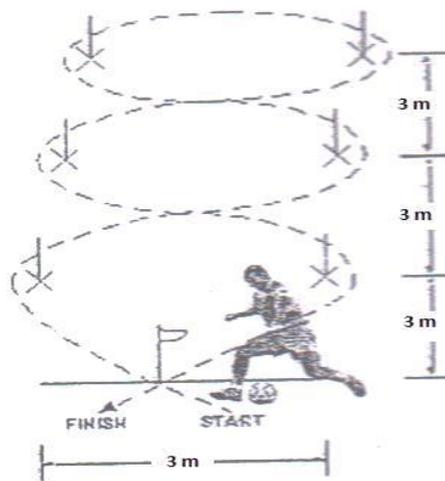
d) diperkenankan menggiring bola dengan salah satu kaki atau dengan kedua kaki bergantian.

e) pada aba-aba “ya” stopwatch dihidupkan dan diamati pada saat testee atau bolanya yang terakhir melewati garis finish.

f) setiap testee diberi 2 kali kesempatan.

4) penilaian

diambil nilai tes yang tercepat dari 2 kali kesempatan menggiring bola yang dicatat sampai persepuluh detik dan diambil skor terbaik.



Gambar 3.3. Instrumen Menggiring Bola (Subgyo Irianto dkk, 2010:3)

## 2. Validasi Instrumen

Validitas mengacu pada kemampuan instrumen pengumpulan data untuk mengukur apa yang harus diukur, untuk mendapatkan data yang relevan dengan apa yang sedang diukur. Validasi instrumen diperlukan untuk memvalidasi instrumen atau media yang digunakan untuk penelitian. Secara umum instrumen yang digunakan sudah valid artinya sesuai dengan kriteria dan aturan yang telah di tentukan.

## 3. Langkah-langkah Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Survei adalah suatu data yang sistematis disertai analisis dan laporan yang

disusun secara teratur dari kenyataan fakta-fakta yang berkenaan dengan suatu atau beberapa aspek dari suatu usaha. Adapun data yang dikumpulkan yaitu :

- a. Data primer, yaitu meliputi: data pengukuran tinggi badan, data pengukuran kecepatan lari, dan data hasil kemampuan menggiring bola.
- b. Data sekunder, yaitu meliputi: daftar nama siswa, surat keterangan.

## **F. Teknik Analisis Data**

### **1. Jenis Analisis**

Suatu penelitian dapat digunakan dua jenis analisis, yaitu analisis statistik dan analisis non statistik. Karena data penelitian ini berupa angka maka data ini dianalisis dengan analisis statistik. Analisis statistik adalah cara-cara ilmiah yang dipersiapkan untuk dikumpulkan, disusun dan dianalisis data dari penyelidikan yang berupa angka-angka. Dengan bantuan aplikasi SPSS.

Mengingat jenis data dari penelitian ini bersifat korelasi atau hubungan maka analisis data yang digunakan untuk mengungkap permasalahan ini adalah mengkorelasikan hasil tes tinggi badan, kecepatan lari dan kemampuan menggiring bola.

### **2. Prosedur Analisis Data**

Sebelum menganalisis data dengan menggunakan analisis regresi linier dan uji hipotesis, terlebih dahulu peneliti melakukan beberapa uji yaitu :

- a. Uji Normalitas

Menurut Ghozali (2011: 160) uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi, variabel pengganggu atau residual memiliki distribusi normal. Model regresi yang baik adalah mempunyai distribusi data normal atau mendekati normal.

b. Uji linearitas

Menurut Sugiono (2011: 265) Uji Lineritas ini dimaksudkan untuk mengetahui garis hubungan antara variabel bebas terhadap variabel terikat berbentuk linier atau tidak. Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Uji ini biasanya digunakan sebagai prasyarat dalam analisis korelasi atau regresi linear. Pengujian pada SPSS dengan menggunakan *Test for Linearity* dengan pada taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linear bila signifikansi (Linearity) kurang dari 0,05.

### 3. Uji Hipotesis

a. Uji Parsial (Uji t)

Menurut Ghozali (2011: 136) Kata uji t digunakan untuk menunjukkan seberapa jauh pengaruh satu variabel penjelas independen secara individual dalam menerangkan variasi variabel dependen. Langkah-langkah pengujian sebagai berikut :

1) Menentukan hipotesis

$H_0: b_1; b_2; b_3 = 0$ , artinya tinggi badan (X1), kecepatan lari (X2), secara parsial tidak mempunyai pengaruh signifikan terhadap kemampuan menggiring bola (Y).

$H_a : b_1; b_2; b_3 \neq 0$ , artinya tinggi badan (X1), kecepatan lari (X2), secara parsial mempunyai pengaruh signifikan terhadap kemampuan menggiring bola (Y).

2) Menentukan tingkat signifikansi

Tingkat signifikansi menggunakan  $\alpha=5\%$  (signifikansi 5% atau 0,05) adalah ukuran standar yang sering digunakan dalam penelitian sosial.

3) Kriteria pengujian penolakan atau penerimaan hipotesis

a) Jika nilai signifikansi  $\geq 0,05$  (5%), maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.

Artinya tinggi badan (X1), kecepatan lari (X2), secara parsial tidak mempunyai pengaruh signifikan terhadap kemampuan menggiring bola (Y).

b) Jika nilai signifikansi  $\leq 0,05$  (5%), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

Artinya tinggi badan (X1), kecepatan lari (X2), secara parsial mempunyai pengaruh signifikan terhadap kemampuan menggiring bola (Y).

b. Uji Simultan (Uji F)

Menurut Ghozali (2011: 138) Kata Uji F menunjukkan apakah semua variabel independen atau bebas yang dimasukkan dalam model mempunyai

pengaruh secara bersama terhadap variabel terikat atau dependen. Langkah-langkah pengujian sebagai berikut:

1) Menentukan hipotesis

$H_0: b_1; b_2; b_3 = 0$ , artinya tinggi badan (X1), kecepatan lari (X2), secara simultan tidak mempunyai pengaruh signifikan terhadap kemampuan menggiring bola (Y).

$H_a: b_1; b_2; b_3 \neq 0$ , artinya tinggi badan (X1), kecepatan lari (X2), secara simultan mempunyai pengaruh signifikan terhadap kemampuan menggiring bola (Y).

2) Menentukan tingkat signifikansi

Tingkat signifikansi menggunakan  $\alpha = 5\%$  (signifikansi 5% atau 0,05 adalah ukuran standar yang sering digunakan dalam penelitian sosial).

3) Kriteria pengujian penolakan atau penerimaan hipotesis

a) Jika nilai signifikansi  $\geq 0,05$  (5%), maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.

Artinya tinggi badan (X1), kecepatan lari (X2), secara simultan tidak mempunyai pengaruh signifikan terhadap kemampuan menggiring bola (Y).

b) Jika nilai signifikansi  $\leq 0,05$  (5%), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

Artinya tinggi badan (X1), kecepatan lari (X2), secara simultan mempunyai pengaruh signifikan terhadap kemampuan menggiring bola (Y).