

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah kemampuan *shooting* sebagai variabel terikat. Adapun variabel penelitian yang diteliti sebagai berikut: Tes *shooting* yang meliputi tes *set shot*, *jump shot two point*, *jump shot three point* dan *lay up* adalah keterampilan *students athlete* bolabasket SMA Sederajat Kota Kediri untuk melakukan tembakan ke arah ring basket. Untuk mengetahui tingkat keterampilan *set shot*, *jump shot* dan *lay up shoot* tersebut maka penelitian ini diukur menggunakan instrumen.

B. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk menggambarkan gejala, fenomena atau peristiwa tertentu (Maksum, 2012 : 68). Dalam penelitian ini yang berjudul analisis kemampuan *shooting students athlete* bolabasket SMA Sederajat Kota Kediri.

C. Tempat Dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Basket masing-masing di SMA Sederajat Kota Kediri.

2. Waktu penelitian

Sesuai yang telah ditetapkan lembaga, waktu penelitian ini dilakukan selama satu bulan, agar lebih mudah dalam perencanaan maka dibuat rencana kegiatan penelitian dan kelengkapan rencana kegiatan penelitian ini (*time schedule*) dalam bentuk *Gantt Chart* yang terperinci dalam bulan dan minggu seperti di bawah ini :

Tabel 3.1
Jadwal Waktu Penelitian Tahun 2020

No	Kegiatan	Waktu																							
		Jul				Ags				Sep				Okt				Nov				Des			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Tahap Persiapan																								
	a. Pengajuan judul																								
	b. Pengajuan proposal																								
	c. Perizinan																								
2	Tahap Pelaksanaan																								
	a. Pengumpulan data																								
	b. Analisis data																								
3	Tahap Pelaporan																								
	a. Penyusunan laporan																								
	b. Penyelesaian akhir																								

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2015: 61) “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Dalam penelitian ini peneliti ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sehingga disini dapat disebut yang menjadi penelitian populasi adalah semua *students athlete* bolabasket Kota Kediri 160 *student athletes*.

Tabel 3.2 : Populasi SMA Negeri Sederajat Kota Kediri Tahun 2020

No	Nama Sekolah	Jumlah Atlet Bolabasket
1	SMA Negeri 1 Kota Kediri	12
2	SMA Negeri 2 Kota Kediri	11
3	SMA Negeri 3 Kota Kediri	13
4	SMA Negeri 4 Kota Kediri	12
5	SMA Negeri 5 Kota Kediri	13
6	SMA Negeri 6 Kota Kediri	12
7	SMA Negeri 7 Kota Kediri	11
8	SMA Negeri 8 Kota Kediri	12
9	SMKN 1 Kota Kediri	12
10	SMKN 2 Kota Kediri	13
11	SMKN 3 Kota Kediri	12

12	MAN 1 Kota Kediri	14
13	MAN 2 Kota Kediri	13
Total		160

2. Sampel

Menurut Sugiyono, (2014 : 165) *Cluster Random Sampling* adalah teknik sampling untuk menentukan sampel bila obyek yang akan diteliti atau sumber data sangat luas, misal penduduk dari suatu negara, provinsi, kabupaten, atau desa. Populasi ini memiliki kesempatan untuk terpilih menjadi sampel dalam penelitian. Teknik *cluster random sampling* ini memilih sampel bukan didasarkan pada individual, tetapi lebih didasarkan pada kelompok, daerah atau kelompok subjek yang secara alami berkumpul bersama.

Menurut Arikunto, Suharsimi (2009 : 61) Langkah-langkah untuk memilih sampel dengan teknik *cluster random sampling* yaitu:

- a. Tentukan besar sampel yang diinginkan.
- b. Daftar semua subjek dalam setiap cluster dengan membagi antara jumlah sampel dengan jumlah *cluster* yang ada.
- c. Secara random, pilih jumlah anggota sampel yang diinginkan untuk setiap *cluster*.
- d. Di acak secara undian atau menyeleksi jumlah populasi yang akan di jadikan sampel.

Berdasarkan teori ini maka sampel dalam penelitian ini akan diambil secara acak dari 13 sekolah dan 160 populasi disesuaikan dengan rancangan penelitian. Maka berdasarkan hal ini, peneliti mengambil sampel dengan cara menulis pada potongan-potongan kertas dari tiga belas sekolah di SMA Sederajat di Kota Kediri dan mengambil secara acak. Pada pengambilan pertama terpilih kelas SMAN 1 Kota Kediri 12 atlet, pada pengambilan kedua terpilih kelas SMAN 7 Kota Kediri 11 atlet dan MAN 2 Kota Kediri 13 atlet, pengambilan ketiga terpilih kelas SMAN 2 Kota Kediri 11 atlet dan SMKN 3 Kota Kediri 13 atlet. Dengan demikian jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 60 siswa Atlet dari setiap sekolah yang akan di jadikan sampel.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Pengembangan Instrumen

Dalam pengembangan instrumen ini menurut Mashuri (2017 : 2) bahwa urutan dari *battery test shooting* bolabasket ini diawali dari tes *set-shot*, tes *lay-up shot*, tes *jump-shot 2 point*, dan tes *jump-shot 3 point*. Keempat item tes tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Tes *Set Shot*

1. Tujuan : Untuk mengukur ketepatan dan ketelitian menembak atau memasukkan bola ke dalam ring bola basket dengan menggunakan teknik *set-shot*.

2. Alat yang digunakan :

- a. Lapangan bolabasket,
- b. Bolabasket,
- c. Form penilaian,
- d. Alat tulis,
- e. Dua orang Asisten.

3. Aturan tes :

- a. Tes *set-shot* dilaksanakan dalam 2 set
- b. 1 set terdiri dari 10 kali *shooting*
- c. Istirahat antar set adalah 2 menit
- d. Jarak ring/keranjang ke testee sejauh 5 meter.

4. Pelaksanaan :

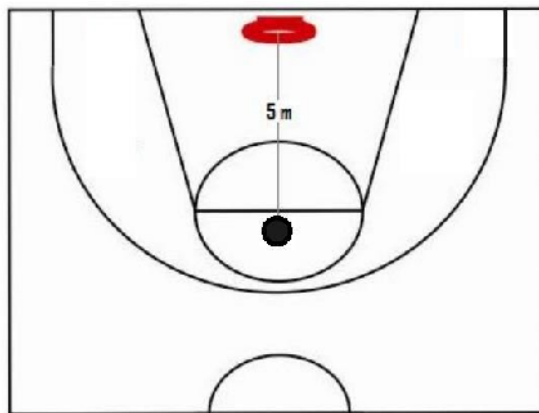
- a. Seluruh testee di instruksikan untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu.
- b. Setelah itu testee diberikan arahan dan aturan pelaksanaan tes.
- c. Testee diinstruksikan berdiri di posisi *free-throw*.
- d. Dua orang asisten berada di bawah ring untuk mengambil bola *shooting* dan mengoper bola ke testee.

- e. Testee melakukan set pertama yaitu 10 kali *shooting* menggunakan teknik *set-shot*
- f. Kemudian istirahat selama 2 menit.
- g. Lakukan kegiatan tersebut sebanyak 2 set dan istirahat antar set selama 2 menit.

5. Penilaian :

- a. Hasil tes *set-shot* adalah jumlah bola yang masuk dalam keranjang.
- b. Jumlah bola yang masuk tiap set akan di akumulasikan menjadi jumlah total hasil tes *set-shot*

Pelaksanaan item tes *set-shot* dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1 : *Set Shot*
Sumber Mashuri (2017 : 2)

b. Tes *Jump Shot*

1. Tujuan : Untuk mengukur ketepatan dan ketelitian menembak atau

memasukkan bola kedalam *ring* dengan menggunakan teknik *jump-shot* di daerah dua poin.

2. Peralatan:

- a. *Cone*
- b. Lapangan bolabasket,
- c. Bola bolabasket,
- d. Form penilaian,
- e. Alat tulis,
- f. Tiga orang asisten (satu *rebounder*, dua pengoper)

2. Aturan tes:

- a. Tes dilaksanakan selama 60 detik
- b. Jarak *cone* 1 dengan *cone* 2, 3, 4, 5, dan 6 sejauh lima meter.
- c. Testee harus berlari dari *cone* 1 ke *cone* yang dituju dengan secepat-cepatnya.

3. Pelaksanaan

- a. Seluruh testee diberi arahan dan aturan pelaksanaan tes *jump shot two point*.
- b. Posisi awal testee di bawah ring bolabasket di sebelah *cone* 1.
- c. Tiga asisten berdiri di sekitar *ring* bolabasket untuk *rebound* dan mengoper bola ke teste,

- d. Setelah aba-aba testee berlari ke cone 2 untuk menerima bola dan melakukan *jump shot*.
- e. Kemudian testee berlari kembali ke cone 1.
- f. Setelah testee mengitari cone 1, testee berlari menuju cone 3 untuk menerima bola dan melakukan *jump shot*.
- g. Setelah itu, lakukan prosedur yang sama untuk cone 4, 5, dan 6.
- h. Prosedur tersebut berlanjut ke arah berlawanan menuju cone 5, 4, 3, dan 2 tergantung pada waktu tes.

4. Penilaian :

Hasil tes *jump shot two point* didapat dari jumlah bola masuk kedalam keranjang bolabasket.

Pelaksanaan item tes *jump shot two point* dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.2 :Tes *Jump Shot Two Point*
Sumber Mashuri (2017 :2)

c. Tes *Jump Shot Three Point*

1. Tujuan:

Untuk mengukur ketepatan dan ketelitian menembak atau memasukkan bola kedalam *ring* dengan menggunakan teknik *jump-shot* di daerah tiga poin.

2. Peralatan:

- a. *Cone*
- b. Lapangan bolabasket,
- c. Bola bolabasket,
- d. Form penilaian,
- e. Alat tulis,
- f. Tiga orang asisten (satu *rebounder*, dua pengoper)

3. Aturan tes:

- a. Tes dilaksanakan selama 60 detik.
- b. Jarak *cone* 1 dengan *cone* 2, 3, 4, 5, dan 6 sejauh 6,25 meter
- c. Testee harus berlari dari *cone* 1 ke *cone* yang dituju dengan secepat-cepatnya

4. Pelaksanaan:

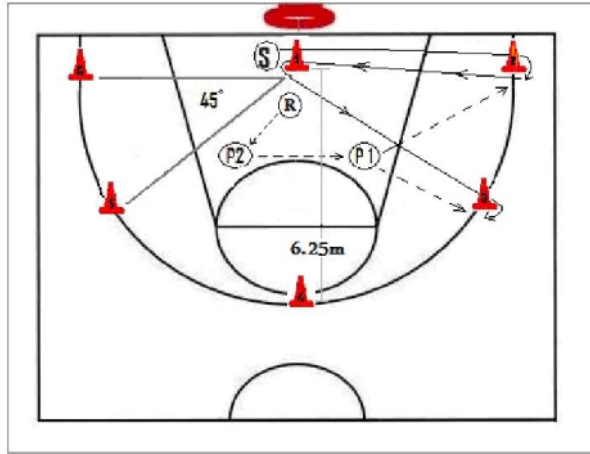
- a. Seluruh testee diberi arahan dan aturan pelaksanaan tes *jump shot three point*.
- b. Posisi awal testee di bawah ring bolabasket di sebelah *cone*.

- c. Tiga asisten berdiri di sekitar ring bolabasket untuk *rebound* dan mengoper bola ke testee
- d. Setelah aba-aba testee berlari ke *cone 2* untuk menerima bola dan melakukan *jumpshot*.
- e. Kemudian testee berlari kembali ke *cone 1*
- f. Setelah testee mengitari *cone 1*, testee berlari menuju *cone 3* untuk menerima bola dan melakukan *jump shot*.
- g. Setelah itu, lakukan prosedur yang sama untuk *cone 4*, 5, dan 6.
- h. Prosedur tersebut berlanjut kearah berlawanan menuju *cone 5*, 4, 3, dan 2 tergantung pada waktu tes.

5. Penilaian:

Hasil tes *jump shot three spoint* di dapat dari jumlah bola masuk ke dalam keranjang bolabasket.

Pelaksanaan item tes *jump shot three point* dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.3. Tes *Jump Shot Three Point*
Sumber : Mashuri (2017 : 3)

d. Tes *Lay Up*

1. Tujuan

Untuk mengukur ketepatan dan ketelitian menembak atau memasukan bola kedalam *ring* dengan menggunakan teknik *lay up shot*.

2. Peralatan :

- a. *Cone*
- b. Lapangan bolabasket,
- c. Bolabasket,
- d. Form penilaian,
- e. Alat tulis,
- f. Tiga orang asisten (satu *rebounder* ,dua pengoper).

3. Aturan tes:

- a. Tes dilaksanakan selama 60 detik,
- b. Jarak *cone* 1 dengan *cone* 2,3,4,5 dan 6 sejauh lima meter,
- c. Testee harus berlari dari *cone* satu ke *cone* yang dituju dengan secepat-cepatnya.

4. Pelaksanaan:

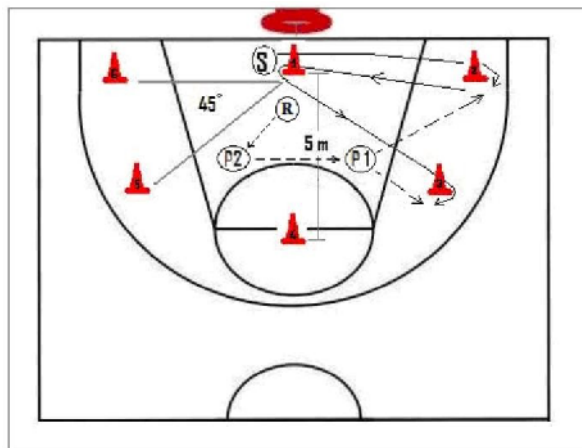
- a. Seluruh testee diberi arahan dan aturan pelaksanaan tes *lay-up shot*
- b. Posisi awal testee di bawah ring bolabasket di sebelah *cone* 1.
- c. Tiga asisten berdiri di sekitar ring bolabasket untuk *rebound* dan mengoper bola ke testee
- d. Setelah aba-aba testee berlari ke *cone* 2 untuk menerima bola dan melakukan *lay-upshot*.
- e. Kemudian testee berlari kembali ke *cone* 1
- f. Setelah testee mengitari *cone* 1, testee berlari menuju *cone* 3 untuk menerima bola dan melakukan *lay-upshot*
- g. Setelah itu, lakukan prosedur yang sama untuk *cone* 4, 5, dan 6.
- h. Prosedur tersebut berlanjut ke arah berlawanan menuju *cone* 5, 4, 3, dan 2 tergantung pada waktu

tes

4. Penilaian :

Hasil tes *lay-up shot* di dapat dari jumlah bola masuk kedalam keranjang bolabasket.

Pelaksanaan item tes *lay-up shot* dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3.4. Tes *Lay-Up*
Sumber Mashuri (2017 : 6)

F. Teknik Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Penghitungan statistik deskriptif menggunakan statistik deskriptif persentase. Cara perhitungan analisis data mencari besarnya

frekuensi relatif persentase. Dengan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2009: 40):

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Presentase yang di cari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah

Tabel 3.3

Rentang Nilai (%)	Kategori
81 – 100	Sangat Baik
61 – 80	Baik
41 – 60	Sedang
21 – 40	Kurang
0 – 20	Sangat Kurang

Sumber : Arikunto, (2007 : 44)