

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, yaitu sebuah pendekatan yang menghasilkan data berupa angka-angka dari hasil tes (Sugiyono: 2019: 3). Data yang akan dihasilkan dalam penelitian ini adalah data teknik dasar Sepakbola siswa setelah mengikuti pembelajaran dengan metode komando.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Penelitian eksperimen adalah penelitian untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari sesuatu yang dikenakan pada subjek yang diteliti (Sukardi, 2017: 47). Rancangan penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen karena peneliti tidak dapat mengontrol variabel lain yang ikut mempengaruhi hasil penelitian ini serta menggunakan desain *control group pre-test post-test design*. Design ini digunakan karena ada variabel lain yang ikut mempengaruhi hasil penelitian ini. Secara singkat rancangan (*desain*) penelitian ini dapat dilihat dalam Tabel 3.1 berikut.

**Tabel 3.1 Rancangan Penelitian**

<i>Group</i>	<i>Pretest</i>	<i>Perlakuan (Treatment)</i>	<i>Posttest</i>
Eksperimen	$O_1$	$X_1$	$O_2$

Sumber: Adopsi dari (Sukardi, 2017: 47-48)

Keterangan:

$O_1$  : Tes Awal (Pre-test)

$X_1$  : Perlakuan (treatment) metode komando

$O_2$  : Tes akhir (Post-test) setelah diberikan perlakuan.

Berdasarkan Tabel 3.1 dapat diketahui bahwa, penelitian ini akan diawali dengan pemberian pretest kepada keseluruhan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini. Setelah pemberian pretest maka tahapan pembelajaran selanjutnya akan dilanjutkan dengan pemberian *treatment*. *Treatment* yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah pemberian proses belajar mengajar kepada seluruh sampel penelitian dengan menerapkan metode pembelajaran komando. *Treatment* dengan menggunakan metode pembelajaran komando akan diberikan selama empat kali pertemuan. Tahapan terakhir yang ditempuh peneliti setelah memberikan *treatment* adalah melakukan pengujian kemampuan akhir siswa setelah mengikuti rangkaian pembelajaran dengan menggunakan metode komando, pemberian tes akhir ini disebut dengan posttest.

### 3.2 Lokasi dan Jadwal Penelitian

Penelitian ini rencananya akan dilaksanakan pada salah satu sekolah di Aceh Selatan, tepatnya di SDN 2 Aceh Selatan. Proses penyusunan karya ilmiah ini dapat dilihat pada paparan tabel di bawah ini.

**Tabel 3.2 Jadwal Pelaksanaan Penelitian**

Jadwal Kegiatan	Bulan Pelaksanaan Tahun Ajaran 2024																			
	April 2024				Mei 2024				Juni 2024				Juli 2024				Agustus 2024			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Observasi Awal																				
Pengumpulan Data																				

Metodelogi																			
Analisis Data																			
Kesimpulan																			

### 3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang telah ditentukan (Margono, 2017: 84). Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV SDN 2 Aceh Selatan yang berjumlah 28 siswa yang terdiri dari 16 siswa laki- laki dan 12 siswa perempuan. Sedangkan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sukardi, 2017: 63). Pengambilan sampel dalam penelitian ini diambil *purposive sampling*.

*Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan adanya pertimbangan tertentu (Sukardi, 2017: 65). Adapun pertimbangan dalam pengambilan sampel pada penelitian ini adalah ketersediaan kelas yang dimiliki oleh sekolah, sekolah tersebut hanya satu kelas jadi peneliti mengambil kelas tersebut sebagai sampel dan tidak ada pilihan lainnya. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VI SDN 2 Aceh Selatan yang terdiri dari 22 siswa. Terdiri dari 13 siswa laki –laki dan 9 siswa perempuan.

### 3.4 Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek, organisasi, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019: 12). Variabel dalam penelitian ini terdiri dari *variabel independen* (variabel bebas) dan *variabel dependen* (variabel terikat).

Variabel yang sering disebut sebagai variabel stimulus, prediktor, *antecedent*. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat) (Sugiyono, 2019: 12-13). Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian metode komando.

Sementara itu, Variabel dependen atau terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2019: 13). Variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini teknik dasar Sepakbola .

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

Data yang diperlukan dalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan cara-cara sebagai berikut:

1. Tes

Tes adalah suatu alat atau prosedur yang sistematis dan objektif untuk memperoleh data-data atau keterangan-keterangan yang diinginkan tentang seseorang, dengan cara yang boleh dikatakan tepat dan cepat (Arikunto, 2017: 135).

Tes adalah pertanyaan-pertanyaan yang diberikan kepada siswa untuk mendapat jawaban dari siswa dalam bentuk lisan (tes lisan), dalam bentuk tulisan (tes tertulis), atau dalam bentuk perbuatan (tes tindakan) (Sudjana, 2015: 109). Tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes dalam bentuk perbuatan (tes tindakan) dimana siswa akan mempraktekkan berbagai teknik dasar dalam permainan Sepakbola yang terdiri dari teknik menendang bola, teknik menyundul bola, teknik menggiring bola dan teknik menembak dan menyepak bola ke gawang. Dalam hal ini digunakan dua tes, yaitu:

- a. *Pre-test*, yaitu tes yang diberikan kepada siswa sebelum dimulai kegiatan belajar mengajar. *Pre-test* ini bertujuan untuk mengetahui penguasaan teknik menendang bola awal sebelum diberikan pembelajaran dengan menerapkan metode komando.
- b. *Post-tes*, yaitu tes yang diberikan kepada siswa setelah berlangsung proses pembelajaran. *Post-tes* ini bertujuan untuk mengetahui penguasaan teknik menendang bola akhir siswa setelah mengikuti serangkaian pembelajaran yang diberikan pada saat pembelajaran dengan metode komando.

## 2. Dokumentasi

Dokumentasi yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah segala macam alat-alat yang digunakan untuk mendokumentasikan proses penelitian dan catatan sekolah yang dapat mendukung penelitian ini.

### 3.6 Instrumen Penelitian

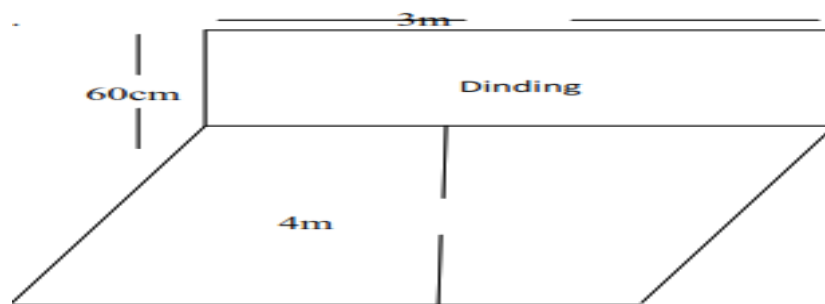
Untuk memperoleh data yang relevan dan akurat maka diperlukan alat pengukur data yang dipertanggung jawabkan, yaitu alat ukur atau instrumen penelitian yang valid dan reliabel, karena instrumen penelitian yang baik harus memenuhi dua persyaratan yaitu valid dan reliable (Suharsimi Arikunto, 2017: 135). Petunjuk pelaksanaan tes yang digunakan untuk mengukur keterampilan dasar bermain sepakbola menurut Nurhasan (2001: 157-163) dapat dijelaskan sebagai berikut:

#### 1. Tes sepak dan Tahan Bola (*Passing* dan *Stopping*)

Tujuan: mengukur keterampilan menyepak dan menahan bola. Alat yang digunakan adalah bola, *stop watch*, dinding sasaran dan *cones*. Petunjuk pelaksanaan tes *passing* dan *stopping* yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

- a. Untuk gerakan awal siswa berdiri di belakang garis tembak yang berjarak 4 meter dari dinding atau sasaran dengan posisi kaki kanan atau kaki kiri siap mengarahkan bola ke dinding sesuai dengan kebiasaan pemain.
- b. Pada aba-aba "ya", siswa mengarahkan bola ke dinding atau sasaran dan mulai menyepak bola menggunakan kaki bagian dalam, bola pantulannya ditahan kembali menggunakan kaki bagian dalam dibelakang garis tembak. Selanjutnya dengan kaki yang berbeda bola disepak ke arah yang sama seperti sepakan pertama.

- c. Lakukan tugas ini secara bergantian dengan kaki kiri dan kanan selama 60 detik. Dalam tes ini sangat ditekankan konsentrasi dan perasaan dalam menyepak dan menahan bola oleh setiap pemain.
- d. Apabila bola keluar dari daerah sepak, maka siswa menggunakan bola cadangan yang telah disediakan.
- e. Untuk meminimalkan kesalahan dalam mengitung maka siswa yang melakukan tes dihitung oleh siswa lain dan dilakukan secara bergantian



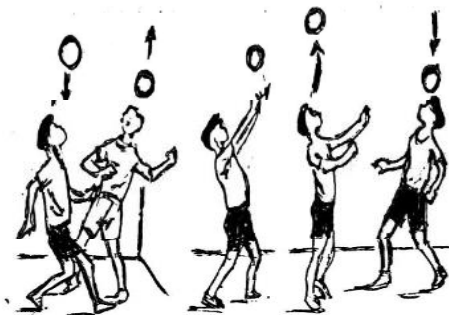
Gambar 3.1 Bentuk Lapangan Untuk Tes Passing dan Stopping  
Sumber: Nurhasan (2001: 158)

## 2. Tes Memainkan Bola dengan Kepala (*Heading*)

Tujuan: Mengukur keterampilan menyundul dan mengontrol bola dengan kepala. Alat yang digunakan adalah bola, *stop watch* dan cones. Petunjuk pelaksanaan adalah sebagai berikut:

- a. Pada aba-aba "siap", siswa berdiri bebas dengan bola berada pada penguasaan tangannya.
- b. Pada aba-aba "ya", siswa melempar bola ke atas kepalanya dan kemudian memainkan bola tersebut dengan bagian dahi.

- c. Lakukan tugas gerak ini di tempat selama 60 detik.
- d. Apabila bola jatuh maka siswa mengambil bola itu dan menaikkannya kembali di tempat bola tersebut diambil.
- e. Gerakan tersebut dinyatakan gagal apabila: Siswa memainkan bola tidak di dahi, Dalam memainkan bola siswa berpindah pindah tempat.
- f. Skor untuk Tes *Heading* dihitung sesuai dengan jumlah bola yang dimainkan dengan dahi yang benar (sah) selama 60 detik



Gambar 3.2 Bentuk Lapangan untuk Tes *Heading*  
Sumber: Nurhasan (2001: 159)

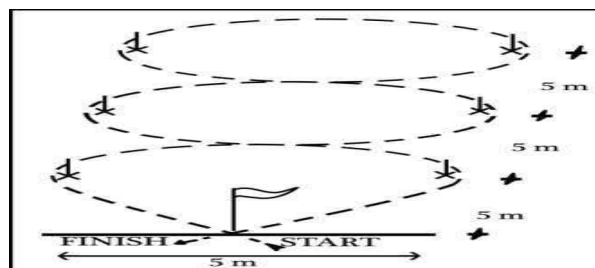
### 3. Tes Menggiring Bola (*Dribbling*)

Tujuan: *dribbling* adalah untuk mengukur keterampilan menggiring bola dengan kaki secara cepat disertai perubahan arah. Alat yang digunakan bola, *stop watch* dan cones. Petunjuk pelaksanaan adalah sebagai berikut:

- a. Pada aba-aba "siap". Siswa berdiri di belakang garis star dengan bola dalam penguasaan kakinya. Pada aba-aba "ya", siswa mulai menggiring bola ke arah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya menuju rintangan

berikutnya sesuai dengan arah panah yang telah ditetapkan sampai melewati garis finish.

- b. Bila arah salah dalam menggiring bola ia harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki di tempat kesalahan terjadi dan selama itu pula stop watch tetap berjalan.
- c. Bola digiring oleh kaki kanan dan kaki kiri secara bergantian atau paling tidak salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan.
- d. Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila: Siswa menggiring bola hanya dengan menggunakan satu kaki saja, siswa menggiring bola tidak sesuai dengan arah panah dan siswa menggunakan anggota badan lainnya selain kaki, untuk menggiring bola.
- e. Skor dihitung dari waktu yang ditempuh oleh siswa mulai dari aba-aba "ya" sampai ia melewati garis finish. Waktu dicatat sampai seper sepuluh detik.



Gambar 3.3 Bentuk Lapangan Untuk Tes Dribbling  
Sumber: Nurhasan (2001: 157-161)

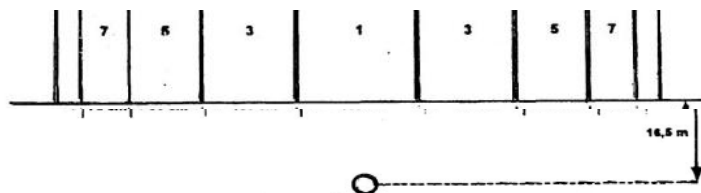
### 1. Tes Menembak / Menendang Bola ke Sasaran (*Shooting*)

Tujuan tes ini dilakukan adalah untuk mengukur keterampilan menembak bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 16,5 m di depan gawang/sasaran.

Alat yang digunakan, yaitu bola, *stop watch*, gawang, nomor-nomor, tali dan cones.

Petunjuk pelaksanaan kegiatan tes yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

- a. Siswa berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 16,5 m di depan gawang/sasaran.
- b. Siswa diberi 6 (enam) kali kesempatan.
- c. Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila, bola keluar dari daerah sasaran dan menempatkan bola tidak pada jarak 16,5 m dari sasaran.
- d. Jumlah skor yang dicapai oleh siswa pada sasaran dalam enam kali kesempatan. Bila bola hasil tendangan bola mengenai tali atau garis pemisah skor pada sasaran, maka diambil skor terbesar dari kedua sasaran tersebut.



Bentuk Lapangan Untuk Tes Shooting

Sumber: Nurhasan (2001: 163)

### 3.7 Teknik Analisis Data

Teknis analisis data yang digunakan dalam menganalisis data penelitian ini yaitu:

- a. Memberikan skor hasil *pretest* dan *posttest* terhadap teknik menendang bola siswa pada kelas eksperimen yang didapatkan berdasarkan tes tindakan. Tes tindakan yang diberikan berupa tes memainkan bola dengan kepala (*heading*), tes menggiring bola (*dribbling*) dan tes menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*).
- b. Data tes yang telah dikumpulkan baik *pretest* maupun *posttest* selanjutnya akan diubah menjadi satuan yang sama dengan menggunakan rumus sebagai berikut.

$$T - Score = 50 + 10 \left( \frac{x - M_x}{SD_x} \right)$$

Keterangan:

$x$  = Data mentah

$M_x$  = Rata-rata nilai

$SD_x$  = standar deviasi angka kasar

$T - Score$  = Nilai tes standar

Fungsi dari T-score adalah menyetarakan dari beberapa jenis skor yang berbeda satuan ukurannya atau bobot skornya, menjadi skor yang baku atau skor standart.

- c. Data *pretest* dan *posttest* yang telah disetarakan satuannya selanjutnya akan dilakukan uji normalitas. Uji normalitas diperlukan untuk mengetahui apakah data teknik dasar sepal bola siswa dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Kriteria pengujian adalah tolak  $H_0$  jika  $\chi^2 \geq \chi^2_{(1-\alpha)(k-3)}$  dengan  $\alpha$  = taraf

nyata untuk pengujian dan  $dk = k - 3$ . Dalam hal lainnya  $H_0$  diterima. Pengujian normalitas dalam penelitian ini, dianalisis dengan menggunakan *SPSS* melalui uji statistik *Shapiro wilk*. Adapun hipotesis yang digunakan adalah:

$H_0$ : Data berdistribusi normal.

$H_1$ : Data tidak berdistribusi normal.

Adapun Kriteria pengujian adalah (Siregar, 2017:48)

Jika nilai signifikan  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak

Jika nilai signifikan  $\geq 0,05$  maka  $H_0$  diterima

#### d. Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui peningkatan kemampuan siswa dalam memahami teknik menendang bola setelah mendapatkan pembelajaran dengan menggunakan metode komando. Pengujian dilakukan dengan menggunakan *SPSS*, dengan menggunakan uji *paired sampel t-test*. Adapun rumusan hipotesis nol ( $H_0$ ) dan hipotesis alternatif ( $H_1$ ) adalah sebagai berikut:

$H_0: \mu_1 = \mu_2$ : Metode komando tidak terjadi peningkatan terhadap teknik dasar Sepakbola pada siswa Kelas VI SDN 2 Aceh Selatan.

$H_1: \mu_1 > \mu_2$ : Metode komando terjadi peningkatan terhadap teknik dasar Sepakbola pada siswa Kelas VI SDN 2 Aceh Selatan

Adapun kriteria pengujian adalah (Siregar, 2017: 49):

Jika nilai signifikan  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak

Jika nilai signifikan  $\geq 0,05$  maka  $H_0$  diterima.