

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan dan Jenis Penelitian

3.1.1 Pendekatan Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan Kuantitatif karena data yang dikumpulkan berdasarkan informasi keterangan yang diberikan responden, sehingga data yang diperoleh di analisa peneliti berdasarkan satuan angka.

3.1.2 Jenis Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang diajukan, maka jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel yang akan diteliti dan besar kecilnya hubungan tersebut dinyatakan dalam bentuk koefisien korelasi, hal ini sesuai dengan pernyataan Arikunto (2002:37) “Penelitian korelasi merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel atau beberapa variabel, besar atau tinggi hubungan dinyatakan dengan koefisien korelasi”. Oleh karena itu untuk mencari hubungan daya ledak otot lengan dengan ketepatan *shooting* bola basket atlet Pengcab Bola Basket Kabupaten Aceh Selatan diperlukan adanya pengambilan data dalam bentuk penelitian.

3.2 Rancangan Penelitian

Berdasarkan data pengamatan subjek yang ada kemudian diadakan penelitian untuk mencari faktor-faktor yang menjadi penyebab melalui pengumpulan data. Namun sebelumnya harus dibuat rancangan atau desain penelitian agar memudahkan pelaksanaan pengukuran yang dilaksanakan. Hal ini

sesuai dengan pendapat Arikunto (2004:41) mengatakan bahwa “Rancangan penelitian atau desain penelitian adalah rancangan yang dibuat oleh peneliti, sebagai acuan-ancang kegiatan yang akan dilaksanakan”.

Jadi rancangan penelitian ini yaitu untuk mengukur Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dengan Ketepatan *Shooting* pada Atlet Pengcab Bola Basket Aceh Selatan. Dalam rancangan ini langkah yang dilakukan adalah tes daya ledak otot lengan (X) dan ketepatan *shooting* (Y).

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1 Populasi

Populasi merupakan jumlah keseluruhan dalam penelitian. Hal ini diperjelas oleh Arikunto (2010:173) “populasi adalah keseluruhan dari subjek penelitian”. Oleh karena itu, yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan atlet Pengcab Bola Basket Kabupaten Aceh Selatan yang berjumlah 20 orang.

Table 3.1 Populasi Atlet Pengcab Bolabasket Kabupaten Aceh Selatan.

No	Nama	Jenis Kelamin	Posisi
1	2	3	4
1	Erdi Muhaimin Iskandar	Laki-laki	Small Forward
2	Raka Aulia	Laki-laki	Center
3	Raditya Azura	Laki-laki	Shooting Guard
4	Khalifi Al-Riza	Laki-laki	Point Guard
5	Farel Al-Falah	Laki-laki	Point Guard

1	2	3	4
6	Randi Irham	Laki-laki	Shooting Guard
7	M. Aldo Alzaky	Laki-laki	Shooting Guard
8	Ryan Anugrah	Laki-laki	Center/Power Forward
9	Wibowo Yovie	Laki-laki	Shooting/Small Forward
10	Agus Rahmat Pratama	Laki-laki	Shooting/Small Forward
11	Helvy Ulul Azmi	Perempuan	Shooting Guard
12	Syifa Meulana	Perempuan	Shooting Guard
13	Aulia Salsabila	Perempuan	Center
14	Intan Al-Magfirah	Perempuan	Small Forward
15	Marselina Amanda	Perempuan	Shooting Guard
16	Tasya Aulia	Perempuan	Point Guard
17	Maridha Salsabila	Perempuan	Point Guard
18	Winda Hafizatul	Perempuan	Center/Power Forward
19	Febby Rahmatul	Perempuan	Shooting Guard
20	Adella	Perempuan	Shooting/Small Forward

Sumber: Admin Pengcab Bola Basket Kabupaten Aceh Selatan

3.3.2 Sampel

Sampel merupakan bagian terkecil dari populasi atau yang mewakili populasi yang akan diteliti. Menurut Arikunto (2006:130) “sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti, Sedangkan menurut Sutrisno (2004:182) sampel adalah sejumlah penduduk yang jumlahnya kurang dari populasi. Sampel juga harus memiliki paling sedikit satu sifat yang sama. Dalam

penelitian ini teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. *Total sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan cara mengambil keseluruhan populasi menjadi sampel penelitian. Mengingat populasi tidak terlalu besar, maka semua populasi tersebut dijadikan sampel penelitian. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Arikunto (2006:134) “Apabila subyek kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi jika jumlah subyeknya besar, dapat diambil antara 10% - 15% atau 20% - 25% atau lebih. Oleh karena itu, yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Pengcab Bola Basket Kabupaten Aceh Selatan yang berjumlah 20 orang.

Table 3.2 Sampel Atlet Pengcab Bolabasket Kabupaten Aceh Selatan.

No	Nama	Jenis Kelamin	Posisi
1	2	3	4
1	Erdi Muhaimin Iskandar	Laki-laki	Small Forward
2	Raka Aulia	Laki-laki	Center
3	Raditya Azura	Laki-laki	Shooting Guard
4	Khalifi Al-Riza	Laki-laki	Point Guard
5	Farel Al-Falah	Laki-laki	Point Guard
6	Randi Irham	Laki-laki	Shooting Guard
7	M. Aldo Alzaky	Laki-laki	Shooting Guard
8	Ryan Anugrah	Laki-laki	Center/Power Forward
9	Wibowo Yovie	Laki-laki	Shooting/Small Forward

1	2	3	4
10	Agus Rahmat Pratama	Laki-laki	Shooting/Small Forward
11	Helvy Ulul Azmi	Perempuan	Shooting Guard
12	Syifa Meulana	Perempuan	Shooting Guard
13	Aulia Salsabila	Perempuan	Center
14	Intan Al-Magfirah	Perempuan	Small Forward
15	Marselina Amanda	Perempuan	Shooting Guard
16	Tasya Aulia	Perempuan	Point Guard
17	Maridha Salsabila	Perempuan	Point Guard
18	Winda Hafizatul	Perempuan	Center/Power Forward
19	Febby Rahmatul	Perempuan	Shooting Guard
20	Adella	Perempuan	Shooting/Small Forward

Sumber: Admin Pengcab Bola Basket Kabupaten Aceh Selatan

3.4 Identifikasi Variabel

Variabel merupakan segala sesuatu yang akan menjadi objek penelitian, sering juga variabel penelitian tersebut diartikan sebagai faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti, adapun yang menjadi variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) variabel bebas (independent variabel) adalah: daya ledak otot lengan; 2) variabel terikat (dependent variabel) adalah: ketepatan *shooting* bola basket.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan tata cara yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian. Tata cara tersebut terdiri dari petunjuk

pelaksanaan pengukuran yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian. Adapun teknik pengukuran dalam penelitian ini adalah pengukuran lapangan dengan menggunakan item tes sebagai berikut:

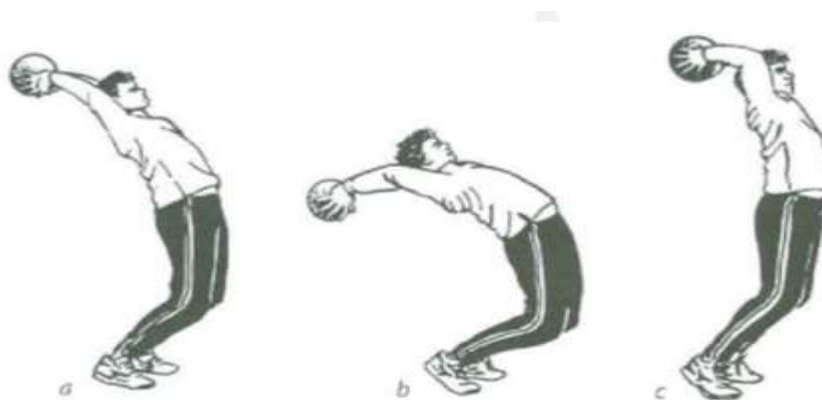
3.5.1 Tes Daya Ledak Otot Lengan (*Two Hand Medicine Ball Put*)

Tes daya ledak otot lengan menggunakan tes *Two Hand Medicine Ball Put* yang dijelaskan oleh Endang S, dkk (2019:87) sebagai berikut:

Tes ini bertujuan untuk melihat kemampuan daya ledak dari otot lengan atas. Alat yang dibutuhkan: *Ball medicine* (3 kg untuk pria-2 kg untuk wanita), lintasan yang telah ditandai dengan garis 30 meter, buku pencatat, *tester*.

Pelaksanaan:

Testee berdiri pada titik yang telah ditentukan dengan memegang bola dengan kedua tangannya, Testee menjauhkan *ball medicine* ke daerah belakang sampai benar-benar membentuk lengkungan (jangan kehilangan keseimbangan), lakukan lentingan ke depan kemudian pada sudut yang tepat lepaskan *ball medicine* sehingga terlempar jauh, ukur jarak dari tempat berdiri testee sampai pantulan *ball medicine* jatuh, lakukan sebanyak tiga kali pengulangan, ambil hasil yang terbaik.



Gambar 3.1 *Two Hand Medicine Ball Put tes*
Sumber: Endang S, dkk (2019:88)

3.5.2 Tes Ketepatan *Shooting*

Tes ketepatan *shooting* menggunakan tes menembakkan bola ke dalam keranjang basket yang dijelaskan oleh Endang S, dkk (2019:142) sebagai berikut:

Tujuan tes ini untuk mengukur kemampuan ketepatan, ketelitian, kebenaran memasukkan bola ke dalam keranjang (*ring*). Alat yang digunakan: bola basket, stopwatch, alat pencatat, keranjang/*ring*, jaring.

Pelaksanaan:

Anak coba berdiri disekitar bawah ring dengan membawa bola. Setelah aba-aba “ya” anak coba menembakkan bola ke ring. Dalam menembak anak coba diperbolehkan menggunakan tangan kanan maupun tangan kiri, dipantulkan atau langsung. Apabila bola luncas, anak coba harus mengambil dan melanjutkan kembali dengan sisa waktu yang tersedia. Dilakukan selama 60 detik. Penilaian: Banyaknya bola yang dapat masuk dari atas, selama waktu yang tersedia.

3.6 Teknik Analisis Data

Data yang telah terkumpul dimasukkan dalam suatu tabel hasil pengumpulan data dan kemudian masing-masing dianalisis menggunakan rumus yang sesuai dengan data yang diperoleh.

Rumus yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

3.6.1 Perhitungan Nilai Rata-rata

Nilai rata-rata merupakan rata-rata nilai setiap individu dari keseluruhan sampel tes dari setiap item tes, nilai rata-rata diperoleh dari hasil keseluruhan nilai sampel kemudian dibagi dengan jumlah sampel tes. Perhitungan rata-rata diperlukan untuk mengetahui jumlah keterampilan rata-rata sampel dari setiap

item tes, untuk mengetahui nilai rata-rata menggunakan rumus yang dikemukakan oleh Sudjana (2001:67) sebagai berikut:

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

Keterangan:

$\bar{x}$ = Nilai rata-rata yang dihitung

$\sum x$ = Jumlah skor X

n = Jumlah sampel penelitian

3.6.2 Perhitungan Nilai Standar Deviasi

Standard deviasi merupakan nilai statistik yang digunakan untuk menentukan bagaimana sebaran data dalam sampel dan seberapa dekat titik data individu ke mean atau rata-rata nilai sampel. Perhitungan untuk menentukan nilai standard deviasi menggunakan rumus yang dikemukakan oleh Sudjana (2001:67) sebagai berikut:

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

Keterangan:

SD = Standar Deviasi

X^2 = Simpangan Kuadrat

$\sum X$ = Jumlah Skor X

N = Jumlah Sampel Penelitian

3.6.3 Perhitungan Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan salah satu usaha untuk mengetahui data penelitian berdistribusi normal atau sampel yang diambil dari berdistribusi normal. Bila hasil pengujian menunjukkan distribusi normal maka statistika dapat di generalisasikan pada populasi. Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk*. Uji normalitas *Shapiro-Wilk* digunakan karena sampel data dalam penelitian ini berjumlah kecil. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran dengan taraf signifikan 5% atau 0.05 adalah:

- a. Jika nilai $w_{hitung} > w_{tabel}$, maka H_0 diterima, artinya data berasal dari populasi yang berdistribusi normal.
- b. Jika nilai $w_{hitung} < w_{tabel}$, maka H_0 ditolak, artinya data berasal dari populasi yang tidak berdistribusi normal.

3.6.3 Perhitungan Nilai T-Score

Selanjutnya sebelum melakukan uji korelasi atau uji regresi terlebih dahulu data yang telah diperoleh diubah kedalam bentuk data sederhana dengan menggunakan analisis statistik sebagai berikut:

$$Tscore = \frac{(x - \bar{x})}{SD} \times 10 + 50$$

Keterangan:

X : Nilai sampel

$\bar{x}$: Nilai Rata-rata

SD : Standar Deviasi

3.6.4 Perhitungan Nilai Korelasi

Setelah data terkumpul, selanjutnya untuk mengetahui hubungan antara daya ledak otot lengan (X) terhadap ketepatan shooting Bola Basket (Y) peneliti menggunakan rumus korelasi product moment dari Pearson yang dikemukakan oleh Sudjana (1989:369) sebagai berikut:

$$r = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(N \sum X^2 - (\sum X)^2)(N \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan:

r = Koefisien korelasi yang dihitung

n = Banyaknya sampel penelitian

xy = Jumlah product x dan y

x = Nilai variabel x

y = Nilai variabel y