

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

Untuk mengetahui sejauh mana peningkatan hasil *shooting* dengan menggunakan media *J-Glove* pada Tim Putra Bola Basket Universitas Negeri Jakarta.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dimulai pada bulan Mei - Juni 2019 dalam pengajuan judul dan pembimbing penelitian, pembuatan dan persetujuan proposal penelitian, serta surat izin penelitian di Kampus B Universitas Negeri Jakarta, Jalan Pemuda, Rawamangun, Jakarta.

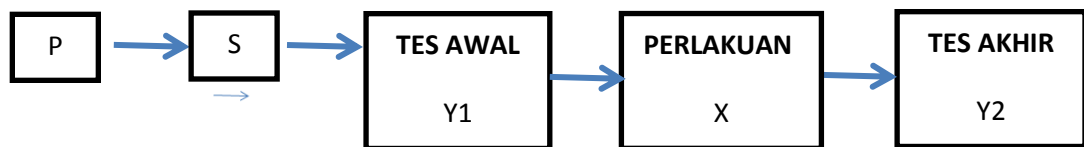
Pada bulan Mei 2019 merupakan waktu berjalannya pengambilan data penelitian yang bertempat di Universitas Negeri Jakarta sebagai lokasi pusat latihan Tim Basket Universitas Negeri Jakarta.

Tempat yang menjadi penelitian ini adalah di Kegiatan Olahraga Prestasi (KOP) Bola Basket Universitas Negeri Jakarta, Jl.Pemuda 10 Rawamangun Jakarta Timur.

C. Metode Penelitian

Untuk memperoleh data yang sesuai terhadap tujuan penelitian ini maka menggunakan metode *eksperimen* terhadap *one-group pretest-posttest design* yaitu desain ini terdapat *pretest* terlebih dahulu sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) yaitu latihan, dengan hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan dengan posttest diakhir perlakuan (*treatment*).

Desain ini dapat digambarkan seperti berikut :



Gambar 11 . Konstelasi Penelitian

Sumber : Sugiyono, (Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D, Alfabenta : 2011), h.74

Keterangan : P : Populasi

S : Sampel

Y1: Tes Awal

X : Perlakuan dengan media *J-Glove*

Y2 : Tes Akhir

D. Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan jumlah yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian ditarik kesimpulannya.¹ Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain yang tergabung dalam Tim Putra Bola Basket Universitas Negeri Jakarta sebanyak 15 pemain.

2. Sampel Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti mengambil sampel dari pemain Bola Basket Universitas Negeri Jakarta sebanyak 15 orang pemain yang diambil dari populasi terhadap menggunakan teknik *total sampling*.

E. Teknik Pengumpulan Data

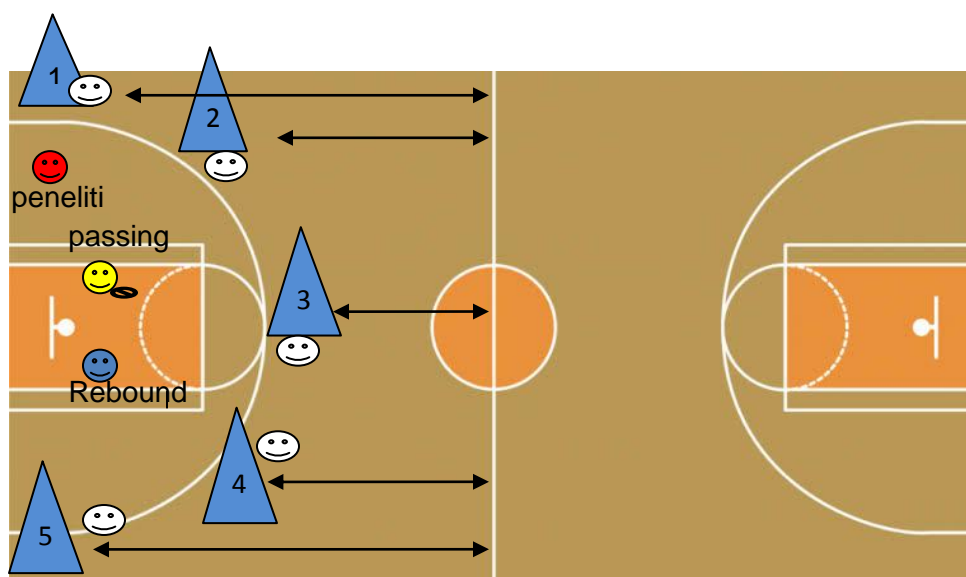
Teknik pengumpulan data dilakukan sebanyak 2 kali yaitu saat *pretest* dan *posttest*. Pertama setelah melakukan tes awal para pemain diberikan perlakuan berupa latihan shooting *3 point dengan* menggunakan media *J-Glove* sebanyak 16 kali pertemuan dengan jadwal latihan 1 minggu 3 kali. Setelah, selesainya perlakuan latihan *shooting* dengan menggunakan media *J-Glove*.

¹ V. Wiratna Sujarweni, Metodologi Penelitian, (Yogyakarta:Paper Plane,2014), h.65

Para pemain yang tergabung dalam Tim Putra Bola Basket Universitas Negeri Jakarta diberikan tes akhir, untuk mengetahui hasil dari latihan tersebut. Instrument dalam penelitian ini adalah:

F. Instrumen Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto, instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya mudah dan hasilnya lebih baik². Tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes *spot shooting around*.






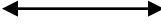



Gambar. 12. Spot Shooting Around

Sumber : Dokumentasi Pribadi

² Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian* (Jakarta: PT. Rineka cipta, 2002), hal.136.

Keterangan :

- peneliti 
- Petugas passing 
- Petugas rebound 
- peserta 
- Bola basket 
- Lari 
- cone 

Pelaksanaan Tes :

1. Petunjuk Pelaksanaan
 - a. Peserta berdiri sejajar garis tengah lapangan.
 - b. Peserta mulai melakukan saat peneliti membunyikan peluit. Atlet bebas memilih menuju cones 1, 2, 3, 4, dan 5 petugas passing melakukan passing ke peserta dan peserta melakukan *3 point shoot*.
 - c. Peserta melakukan sebanyak 50 *Attempts*.
2. Setiap bola yang masuk di beri skor 1, dan hasil *attempt* nya diberi skor 1.
3. Penilaian (Skor dihitung pada saat)
 - a. Bola masuk *ring*
 - b. Peserta melakukan *3 point shooting*
4. Alat-alat yang dibutuhkan :
 - a. Lapangan Bola Basket
 - b. *Cones*
 - c. Pluit
 - d. Stopwatch

- e. Alat tulis dan buku
- f. Kamera
- g. Bola basket (6 buah)

G. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisa data, yaitu teknik statistik Uji-t. Teknik analisis data menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Hipotesis

$$H_0 : \mu_h < \mu_t$$

$$H_i : \mu_h > \mu_t$$

2. Mencari nilai Mean dan perbedaan rata-rata (M_D)

$$MD = \frac{\Sigma D}{n}$$

3. Mencari Standar Deviasi perbedaan rata-rata (SD_D)

$$SD_D = \frac{\sqrt{\Sigma D^2}}{n} + \left(\frac{\Sigma D}{n}\right)^2$$

4. Menilai Standar Error dari Mean perbedaan rata-rata (SE_{MD})

$$SE_{MD} = \frac{SDD}{\sqrt{n-1}}$$

5. Mencari t-hitung $t = \frac{MD}{SE_{MD}}$

6. Mencari nilai t-tabel

Dengan memperhitungkan derajat kebebasan $df/db = (N_1+N_2) - 2$
pada taraf signifikan 5%

7. Menguji nilai t-hitung terhadap t hitung nilai t-tabel terhadap ketentuan

Jika t hitung > t tabel, maka h_0 ditolak

Jika t hitung < t tabel, maka h_0 diterima