

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Rancangan penelitian yang dilakukan peneliti untuk mempersiapkan kegiatan yang dilakukan (Suharsimi Arikunto, 2013: 90) Teknik yang dipakai ialah deskriptif kuantitatif. Deskriptif kuantitatif bertujuan tidak menguji suatu hipotesis spesifik, melainkan menguraikan suatu variabel atau fenomena di dalam sebuah situasi.

B. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel penelitian berarti memberi makna/definisi terhadap variabel. Variabel penelitian ialah tingkat kemampuan *lay up shoot* peserta ekstrakurikuler bola basket SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda. Kemampuan melempar adalah kemampuan seseorang untuk sedekat mungkin dengan keranjang dari sisi kanan dan kiri lapangan. Untuk mengetahui tingkat kemampuan melempar, penelitian ini menggunakan instrumen yang dikembangkan oleh Faisal Imam Wicaksana (2015) yang diuji secara empiris dan teoritis oleh Tri Ani Hastuti, M.Pd. sebagai validator.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah umum berasal dari unsur atau objek yang memiliki kualitas serta ciri-ciri khusus yang diketahui oleh para peneliti agar

dapat diteliti dan dinilai (Sugiyono, 2015: 173). Maka, jumlah individu yang termasuk dalam populasi tidak hanya terbatas pada manusia, tetapi juga meliputi unsur-unsur alam lainnya. Populasi mencakup semua karakteristik dimiliki pada objek/subjek yang sedang diteliti. Populasi yang diambil dalam penelitian yang dilakukan terdiri atas 13 individu yang tergabung pada kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda.

1. Sampel

Sampel Sampel ialah sebagian jumlah populasi (Sugiyono, 2019). Dalam menentukan sampel peneliti menggubakan total sampling dimana keseluruhan populasi yang dijadikan sampel berjumlah 13 Peserta.

D. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda di Jl. A. Wahab Syahrani, Rt 25 Air Hitam Kec. Samarinda Ulu, Kota Samarinda, Kalimantan Timur. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret 2023.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Teknik *Lay Up Shoot*

Instrumen ialah alat untuk mengumpulkan data. Pada pembelajaran keterampilan teknik menembak, peneliti mengadopsi langkah-langkah tes dari penelitian yang dilakukan Faisal Imam Wicaksana (2015). Instrumen ini diuji validitasnya melalui validitas isi. Validitas konten mencerminkan

akurasi metrik dalam kaitannya dengan metrik konten dan memiliki nilai validitas 0,86. Instrumen ini diuji secara eksperimen dan teoritis oleh Ibu Tri Ani Hastuti seorang validator dan dosen bola basket Universitas Negeri Yogyakarta.

Tabel 1. Instrumen Teknik *Lay Up Shoot*

Variabel	Fase	Indikator	Skor
Tembakan <i>Lay Up Shoot</i>	Fase Persiapan	a. Langkah awal besar untuk menjaga keseimbangan	1
		b. Langkah berikutnya yang singkat untuk mendapatkan dorongan kuat dan lompat tinggi	1
		c. Bola dilepaskan dari titik tertinggi dengan ujung jari	1
		d. Tangan kanan diletakkan di belakang bola dengan siku ditekuk	1
	Fase Pelaksanaan	a. Angkat dengkul untuk meloncat secara tegak.	1
		b. Lengan yang menembak tegak lurus keatas	1
		c. Lengan atas dilemaskan, lengan yang tidak menembak diletakkan di bawah bola	1
		d. Dengan tangan yang lain, lompati garis vertikal di kotak kecil di atas ring jika Anda melakukannya dari sisi kanan	1
	Fase <i>Follow Through</i>	a. Mendarat seimbangan dan lutut ditekuk	1
		b. Lengan keatas	1
	Hasil Tembakan	Masuk	3
		Mengenai Ring	2
		Tidak Masuk	1

Sumber: (Faisal Imam Wicaksana 2015)

a. Deskripsi Fase Persiapan *Lay Up Shoot*

- 1) Langkah awal besar untuk menjaga keseimbangan
- 2) Langkah berikutnya yang singkat untuk mendapatkan dorongan kuat dan lompat tinggi
- 3) Bola dilepaskan dari titik tertinggi dengan ujung jari
- 4) Lengan kanan diletakkan di belakang bola dengan siku ditekuk

Tabel 3. Fase Persiapan *Lay Up Shoot*

Skor	Keterangan
4	Mendapat 4 Skor
3	Mendapat 3 Skor
2	Mendapat 2 Skor
1	Mendapat 1 Skor

Sumber: (Faisal Imam Wicaksana 2015)

b. Deskripsi Fase Pelaksanaan *Lay Up Shoot*

- 1) Angkat Angkat lutut agar dapat melompat secara vertikal
- 2) Lengan yang menembak tegak lurus keatas
- 3) Bahu rileks, tangan yang tidak menembak diletakkan dibawah bola
- 4) Dengan tangan yang lain, lompati garis vertikal di kotak kecil di atas ring jika Anda melakukannya dari sisi kanan

Tabel 4. Fase Pelaksanaan *Lay Up Shoot*

Skor	Keterangan
4	Mendapat 4 Skor
3	Mendapat 3 Skor
2	Mendapat 2 Skor
1	Mendapat 1 Skor

Sumber: (Faisal Imam Wicaksana 2015)

c. Deskripsi Fase *Follow Through*

- 1) Mendarat seimbangan lalu lutut ditekuk
- 2) Lengan keatas

Tabel 5. Fase *Follow Through*

Skor	Keterangan
2	Mendapat 2 Skor
1	Mendapat 1 Skor

Sumber: (Faisal Imam Wicaksana 2015)

d. Deskripsi Hasil tembakan

- 1) Masuk
- 2) Mengenai ring
- 3) Tidak masuk

Tabel 6. Hasil Tembakan

Skor	Keterangan
3	masuk
2	Mengenai ring
1	Tidak masuk

Sumber: (Faisal Imam Wicaksana 2015)

2. Prosedur Pengambilan Data

Adapun pelaksanaan pengambilan nilai teknik *lay up shoot* adalah sebagai berikut:

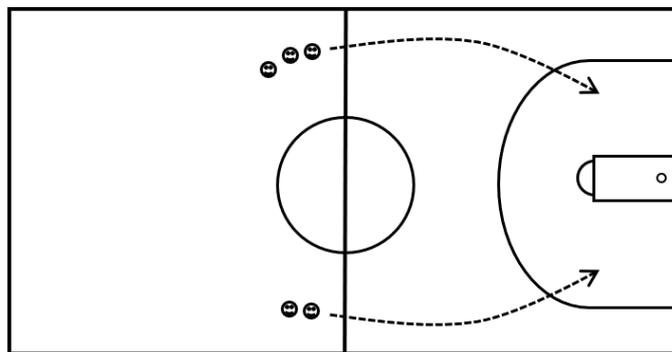
Tujuan : Mengetes tingkat kemahiran dalam teknik menembak.

Petunjuk : Peserta berada di tengah lapangan, sisi kiri atau kanan sambil membawa bola. Giring bola sendiri ke ring basket dan menembak.

Skor : Fase tes dilakukan sekali. Nilai tes ialah semua tahapan teknik menembak. Mengacu dengan teknik *shooting*, jika fase pelaksanaan tidak valid maka skor 0 akan diberikan pada fase pelepasan dan hasil menembak.

Penilaian : bola yang memasuki keranjang/ring maka nilai akan semakin baik

Alat yang dipakai untuk mengambil data yaitu, Bola Basket, Papan dan ring basket, Lapangan basket, Peluit



Gambar 1. Pelaksanaan Tes Tembakan *Lay Up Shoot*

Sumber : Peneliti (Akhmad Rifaldi 2023)

F. Teknik Analisis Data

Tujuan penelitian deskriptif ialah memberikan gambaran umum tentang tingkat kemampuan *lay up shot* pemain bola basket di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda. Dalam penelitian analisis deskriptif dilakukan menggunakan statistik deskriptif berbasis persentase. Untuk menampilkan data dalam tabel dan grafik, hitung jumlah periode kelas, rentang data, durasi kelas, rata-rata, modus, dan median, sebaran data, dan rata-rata, standar deviasi, dan

persentase. (Sugiyono, 2010: 112). Pengujian dalam penelitian ini menggunakan bantuan *Microsoft Excel 365*.

Rumus persentase yang digunakan:

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

Ket:

P = persentase yang dicari

F = frekuensi

N = jumlah responden

Berdasarkan analisis data yang telah dibuat melalui *Microsoft Excel 365* untuk mengkategorikan hasil kemampuan peserta ekstrakurikuler bola basket, maka dapat dilihat kategori sebagai berikut:

Tabel 7. Kategori T Skor

No	Rentang Norma	Kategori
1	$\geq M + 1,5 SD$	Baik Sekali
2	$M + 0,5 SD \text{ s/d } < M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD \text{ s/d } < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD \text{ s/d } < M - 0,5 SD$	Kurang
5	$\leq M - 1,5 SD$	Kurang Sekali

(Anas Sudjono, 2007: 329)