

BAB III

PROSEDUR PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode merupakan cara atau jalan yang ditempuh untuk mencapai tujuan. Tujuan penelitian adalah untuk mengungkapkan, menggambarkan dan menyimpulkan hasil pemecahan masalah melalui cara tertentu sesuai dengan prosedur penelitian. Menurut Arikunto (2010: 203) mengemukakan bahwa: “Metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya.” Dalam memecahkan masalah tersebut dapat mengungkap, mengolah, dan menganalisa data penelitian.

Sesuai dengan penelitian ini, tujuan penelitian dititik beratkan untuk mengetahui gambaran tentang Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voli Serang Jaya Voli Club (SJVC) Kota Serang Pada Saat Betanding Bola Voli. Adapun metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Dalam metode deskriptif, tujuan yang hendak dicapai adalah menggambarkan atau mendeskripsikan fakta-fakta, atau membuat kesimpulan atas fenomena yang diselidiki. Arikunto (2010: 3) mengemukakan bahwa: “Metode deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal-hal lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian.”

Pelaksanaan metode deskriptif tidak terbatas hanya sampai pada pengumpulan data saja, tetapi meliputi analisa dan tafsiran mengenai arti dari data itu sendiri. Ciri khusus dari metode deskriptif antara lain tertuju pada pemecahan masalah yang pada masa sekarang dan masalah-masalah tertentu yang dianggap populer. Dari uraian diatas, maka penulis berpendapat bahwa dalam penelitian ini metode yang tepat untuk digunakan adalah metode deskriptif dan instrumen penelitiannya adalah berupa kuesioner (angket). Hal ini merupakan cara yang

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

akan dilakukan untuk memperoleh gambaran yang jelas sehingga tujuan penelitian tercapai sesuai dengan yang diharapkan.

Oleh karena hal tersebut diatas, maka penulis menggunakan metode deskriptif dalam pelaksanaan penelitian ini. Hal ini dikarenakan penelitian ini mengungkap masalah yang terjadi pada masa sekarang. Secara spesifik dapat dikemukakan bahwa penelitian ini ingin meneliti: Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voli Serang Jaya Voli Club (SJVC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah seluruh karakteristik yang ada dalam suatu kelompok yang menjadi objek penelitian. Menurut Sugiyono (2011: 80) menjelaskan bahwa: “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.” Maka oleh karena itu penelitian menyimpulkan bahwa populasi merupakan suatu keseluruhan objek penelitian, baik benda hidup, manusia, benda mati, atau berupa gejala maupun peristiwa-peristiwa yang dijadikan sebagai sumber data yang memiliki berbagai karakteristik tertentu didalam suatu penelitian. Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah atlet bola voli klub Serang Jaya Voli Club (SJVC) Kota Serang yang beranggotakan 46 orang atlet.

2. Sampel

Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka penelitian dapat menggunakan sampel yang diambil dari pupolasi itu. Menurut Sugiyono (2011: 81) menjelaskan bahwa: “Sampel adalah bagian dari jumlah dan

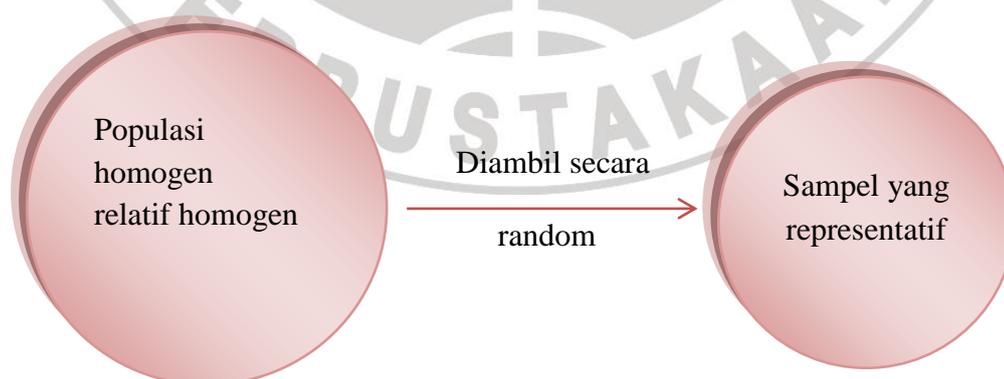
Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.” Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul mewakili (*representatif*). Menggeneralisasikan yang dimaksud adalah mengangkat kesimpulan penelitian sebagai suatu yang berlaku bagi populasi. Pengambilan sampel harus dilakukan sedemikian rupa sehingga diperoleh sampel (contoh) yang benar-benar dapat berfungsi sebagai contoh, atau dapat menggambarkan keadaan populasi yang sebenarnya.

Berdasarkan penjelasan tersebut diatas, serta dengan keterbatasan waktu, biaya dan tenaga, maka penulis mengambil sebagian dari sejumlah populasi yang ada untuk dijadikan sampel dalam penelitian ini. Populasi dalam penelitian ini dianggap sama atau sejenis (*homogen*). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling, menurut Sugiyono (2011: 81) “Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel. Teknik sampling memiliki beberapa macam, dalam penelitian ini teknik sampling yang dipilih adalah simple random sampling.” Dikatakan simple (sederhana) karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukakan secara acak (*random*) tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Dapat dilihat seperti pada Gambar 3.1.



Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Gambar 3.1. Teknik Simple Random Sampling
Sumber: Sugiyono (2011:82)

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis menentukan sampel yang digunakan sebagai subyek penelitian berjumlah 30 orang. sampel yang digunakan merupakan atlet bola voli Serang Jaya Voli Club (SJVC) Kota Serang.

C. Variabel dan Definisi Operasional

Secara teoritis variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau obyek, yang mempunyai *variasi* antara satu orang dengan yang lain atau satu obyek dengan obyek yang lain. Menurut Sugiyono (2011: 38) Variabel Penelitian pada dasarnya adalah: “Segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.”

Dinamakan variabel karena adanya variasi. Penelitian ini terdiri dari satu variabel yaitu tingkat kecemasan, definisi variabel dan operational diungkap agar tidak terjadi salah tafsir terhadap istilah yang digunakan. Dalam penelitian ini penulis menggunakan indikator yang dikutip dari buku Hawari (2006: 80) alat ukur (instrumen) yang dikenal dengan nama *Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A)*. Variabel penelitian tersebut dijabarkan kedalam konsep-konsep variabel, indikator dan skala ukur pada Tabel 3.1.

Tabel 3.1
Kisi-kisi Angket

Variabel	Dimensi	Indikator	No.Item
<i>Anxiety</i>	Perasaan cemas (ansietas)	Cemas	1
		Takut akan pikiran sendiri	2
		Mudah tersinggung	3
	Ketegangan	Merasa tegang	4

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

	Lesu	5
	Tidak bisa istirahat dengan tenang	6
	Mudah menangis	7
	Gemetar	8
	Gelisah	9
Ketakutan	Pada keramaian lalu lintas	10
	pada kerumunan orang banyak	11
Gangguan tidur	Sukar tidur	12
	Terbangun malam hari	13
	Tidur tidak nyenyak	14
	bangun dengan lesu	15
	Mimpi buruk	16
Gangguan kecerdasan	Sukar konsentrasi	17
	Daya ingat menurun	18
	Daya ingat buruk	19
Perasaan depresi	Hilangnya minat	20
	Sedih	21
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	22
Gejala somatik/fisik (otot)	Sakit dan nyeri di otot-otot	23
	Kaku	24
	Gigi gemeretak	25
Gejala somatik/fisik (sensorik)	Tinitus (telinga berdenging)	26
	Penglihatan kabur	27
	Muka merah atau pucat	28
Gejala kardiovaskuler	Takikardia (denyut jantung cepat)	29
	Berdebar-debar	30
	Denyut nadi mengeras	31
Gejala respirator (pernafasan)	Rasa tertekan atau sempit di dada	32
	Sering menarik nafas	33
	Nafas pendek/sesak	34
Gejala gastrointestinal (pencernaan)	Sulit menelan	35
	Perut melilit	36
	Nyeri sebelum dan sesudah makan	37
	Mual	38
	Sukar buang air besar	39
Gejala urogenital	Sering buang air kecil	40
	Tidak dapat menahan air seni	41
	Menjadi dingin (<i>frigid</i>)	42

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Gejala autonom	Mulut kering	43
	Mudah berkeringat	44
	Kepala pusing	45
	Kepala terasa sakit	46
	Bulu-bulu berdiri	47
Tingkah laku (sikap)	Gelisah	48
	Tidak tenang	49
	Jari gemetar	50
	Muka tegang	51
	Otot tegang/mengeras	52

D. Langkah – Langkah Penelitian

Langkah-langkah penelitian diharapkan bisa menjadi pedoman bagi peneliti dalam melaksanakan penelitian agar proses penelitian berjalan sesuai dengan prosedur yang benar. Menurut Arikunto (2010: 61) adalah sebagai berikut:

- a) Memilih masalah, b) Studi pendahuluan, c) Merumuskan masalah, d) Merumuskan anggapan dasar dan hipotesis, e) Memilih pendekatan, f) Menentukan variabel dan sumber data, g) Menentukan dan menyusun instrumen, h) Mengumpulkan data, i) Analisis data, j) Menarik kesimpulan, k) Menulis laporan.

Dari penjelasan tersebut, langkah-langkah penelitian dapat digambarkan sebagaimana tercantum dalam Gambar 3.2.

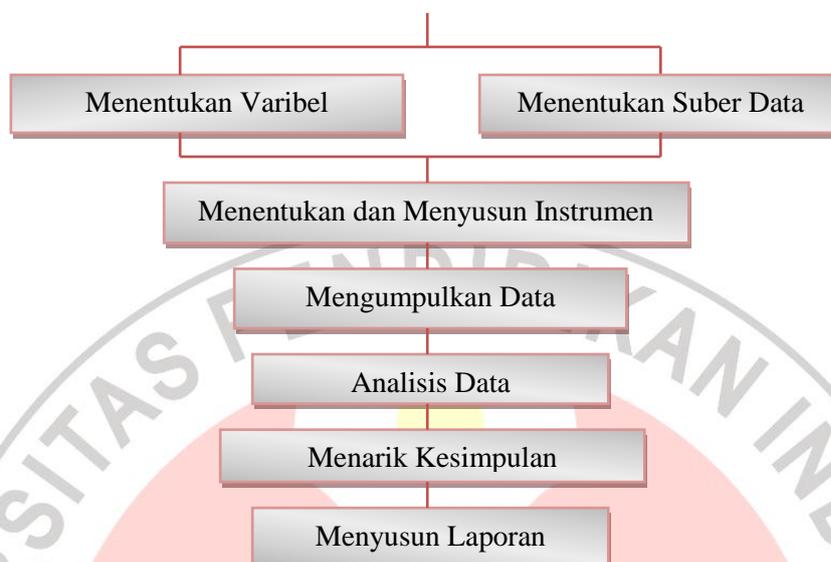


Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet B
Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

(SJUC) Kota Serang Pada Saat



Gambar 3.2. Langkah-langkah Penelitian
Sumber: Arikunto (2010: 62)

E. Teknik dan Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Dalam pengambilan data variabel penelitian maka diperlukan sebuah instrumen penelitian. Instrumen penelitian merupakan suatu alat yang dinilai akurat untuk memperoleh data variabel penelitian dari sejumlah populasi dan sampel yang telah ditentukan.

Menurut Arikunto (2010:203) mengemukakan bahwa instrumen penelitian adalah:

Alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Variasi jenis instrumen penelitian adalah: angket, ceklis (check-list) atau daftar centang, pedoman wawancara. Ceklis sendiri memiliki wujud yang bermacam-macam.

Dalam penelitian ini instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner (angket). Penilaian dari angket kecemasan penulis menggunakan skala

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

sikap, yaitu skala likert, mengenai hal ini Nurhasan dan Cholil (2007: 349) mengungkapkan skala likert adalah: “Suatu skala untuk menilai sikap seseorang terhadap suatu topic.” Mengenai alternatif jawaban dalam angket tersebut, penulis menggunakan skala sikap yakni skala Likert. Lebih lanjut dijelaskan Nurhasan dan Cholil (2007: 349) bahwa: “Skala likert disusun dari sejumlah pernyataan-pernyataan tentang suatu obyek, sebagian dari pernyataan itu mengekspresikan sikap menyenangkan dan sebagian lagi pernyataan-pernyataan itu tidak menyenangkan.” Pemberian skala skor pada setiap kategori pernyataan tes, dilakukan dengan pemberian bobot, terhadap lima alternatif pilihan jawaban. Adapun skor tersebut menurut Nurhasan dan Cholil (2007: 349) dapat dilihat seperti pada Tabel 3.2 dan Tabel 3.3.

Tabel 3.2
Skor untuk soal positif

Jawaban	Skor
SS (Sangat Setuju)	5
S (Setuju)	4
R (Ragu)	3
TS (Tidak Setuju)	2
STS (Sangat Tidak Setuju)	1

Tabel 3.3
Skor untuk soal negatif

Jawaban	Skor
SS (Sangat Setuju)	1
S (Setuju)	2
R (Ragu)	3
TS (Tidak Setuju)	4
STS (Sangat Tidak Setuju)	5

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Butir-butir soal atau pernyataan yang diberikan penulis kepada responden untuk di uji cobakan berjumlah 52 butir soal, setelah dilakukan uji coba instrumen butir soal yang dinyatakan valid berjumlah 38 butir soal atau pernyataan untuk tes tingkat kecemasan. Butir soal atau pernyataan-pernyataan tersebut tidak terlepas dari inti permasalahan yang ingin dipecahkan, yaitu: Profil tingkat kecemasan atlet bola voli Serang Jaya Voli Club (SJVC) Kota Serang pada saat bertanding bola voli. Contoh skala sikap model linier dapat dilihat pada Tabel 3.4.

Tabel 3.4
Skala Sikap Model Linier

No	Pernyataan-pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	R	TS	STS
1	Saya merasa cemas ketika pertandingan sedang berlangsung	√				

Keterangan :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

R : Ragu-ragu

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Skor untuk setiap alternatif jawaban berbeda-beda, mulai dari (SS) diberikan skor lima, dan seterusnya dengan (STS) diberikan skor satu.

2. Prosedur Pengelolaan dan Analisis Data

Prosedur pengolahan dan analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini, dilakukan dengan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJVC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

- a. Mengumpulkan data tentang kecemasan melalui pemberian angket kepada sampel.
- b. Menghitung skor dari setiap jawaban dan butir-butir soal, dengan menggunakan program statistik.
- c. Menganalisis dan menentukan seberapa besar persentase tingkat kecemasan.

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data-data tersebut agar data tersebut dapat ditarik kesimpulan. Adapun teknik perhitungan untuk masing-masing butir dalam angket menggunakan persentase.

3. Kuesioner (Angket)

Angket adalah pengumpulan data melalui pertanyaan yang diajukan dengan cara tertulis, dan disebar pada objek tertentu secara serentak dalam waktu bersamaan guna mendapatkan keterangan atau pendapat yang diperlukan. Menurut Sugiyono (2011: 142) menjelaskan bahwa: “Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.” Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden. Selain itu, kuesioner juga cocok digunakan bila jumlah responden cukup besar dan tersebar di wilayah yang luas. Kuesioner dapat berupa pertanyaan-pernyataan tertutup atau terbuka, dapat diberikan kepada responden secara langsung atau dikirim melalui pos, atau internet. Menurut Arikunto (2010: 194) menjelaskan bahwa: “Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui.” Kuesioner dipakai untuk menyebut metode maupun instrumen. Jadi dalam menggunakan metode angket atau kuesioner instrumen yang dipakai adalah angket atau kuesioner. Arikunto (2010:

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

195) menyatakan kuesioner dapat dibeda-bedakan atas beberapa jenis, tergantung pada sudut pandangnya sebagai berikut:

- a. Dipandang dari cara menjawab, maka ada:
 - 1) Kuesioner terbuka, yang memberi kesempatan kepada responden untuk menjawab dengan kalimatnya sendiri.
 - 2) Kuesioner tertutup, yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih.
- b. Dipandang dari jawaban yang diberikan ada:
 - 1) Kuesioner langsung, yaitu responden menjawab tentang dirinya.
 - 2) Kuesioner tidak langsung, yaitu jika responden menjawab tentang orang lain.
- c. Dipandang dari bentuknya maka ada:
 - 1) Kuesioner pilihan ganda, yang dimaksud adalah sama dengan kuesioner tertutup.
 - 2) Kuesioner isian, yang dimaksud adalah kuesioner terbuka.
 - 3) Check list, sebuah daftar, di mana responden tinggal membubuhkan tanda check (√) pada kolom yang sesuai.
 - 4) Rating-scale, (skala bertingkat), yaitu sebuah pernyataan diikuti oleh kolom-kolom yang menunjukkan tingkatan-tingkatan, misalnya mulai dari sangat setuju sampai ke sangat tidak setuju.

F. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Angket

Dalam sebuah penelitian terlebih dahulu harus dilakukan pengujian terhadap alat ukur yang digunakan yaitu berupa kuesioner. Metode yang digunakan adalah uji validitas dan uji reliabilitas agar data yang diperoleh dapat dipercaya atau diakui kebenarannya. Menurut Sugiyono (2011: 98) bahwa: “Instrumen yang reliabel belum tentu valid, reliabilitas instrumen merupakan syarat untuk pengujian validitas instrumen.”

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

1. Uji Validitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat keandalan atau ketepatan suatu alat ukur. Ditegaskan Sugiyono (2011: 173) bahwa: “Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu validitas.”

Uji validitas dilakukan untuk menunjukkan sejauh mana alat pengukuran yang digunakan mengukur apa yang ingin diukur, atau sejauh mana alat pengukuran yang digunakan tersebut mengenai sasaran pengukuran. Melalui uji validitas, apabila hasil ujinya bermakna valid, maka hasil perhitungan dan analisis data juga akan dimaknai valid atau diakui dan dapat diterima. Validitas alat ukur merupakan taraf kesesuaian dan ketepatan dalam melakukan suatu penilaian, atau dengan kata lain apakah alat ukur (kuesioner) tersebut sudah benar.

Untuk menentukan kevalidan dari item kuesioner digunakan metode koefisien korelasi *product Moment* dari Karl Pearson yaitu dengan mengkorelasikan skor total yang dihasilkan oleh masing-masing responden (y) dengan skor masing-masing butir (x) dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{yx} = \frac{n \sum_{i=1}^n x_i y_i - \sum_{i=1}^n x_i \sum_{i=1}^n y_i}{\sqrt{\left[n \sum_{i=1}^n x_i^2 - \left(\sum_{i=1}^n x_i \right)^2 \right] \left[n \sum_{i=1}^n y_i^2 - \left(\sum_{i=1}^n y_i \right)^2 \right]}}$$

Korelasi item-total di atas harus dikoreksi dengan menggunakan rumus koefisien korelasi terkoreksi:

$$r_{i(x-i)} = \frac{r_{ix} s_x - s_i}{\sqrt{s_x^2 + s_i^2 - 2r_{ix} s_i s_x}}$$

Keterangan:

r_{ix} = Koefisien korelasi item-total sebelum dikoreksi

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

s_x = Deviasi standar skor tes

s_i = Deviasi standar skor suatu item

Suatu item dikatakan valid jika nilai koefisien validitasnya lebih dari atau sama dengan 0,300 (Kaplan dan Saccuzzo, 1993). Jadi, jika diperoleh nilai koefisien validitas lebih besar 0,300 maka item tersebut valid sehingga skor-skor dari butir tersebut dapat digunakan dalam analisis selanjutnya. Lain halnya jika nilai koefisien validitas yang didapat lebih kecil 0,300, maka item tersebut tidak valid dan dikeluarkan dari analisis.

Berdasarkan data yang terkumpul dari 30 responden yang ditunjukkan dalam Tabel 3.5 maka terdapat 52 koefisien korelasi (jumlah butir 52). Hasil analisis item ditunjukkan pada Tabel 3.5.

Tabel 3.5
Hasil Analisis Item Instrumen Tingkat Kecemasan

No.Item Pertanyaan	Koefisien Korelasi	Keterangan	No. Item Pertanyaan	Koefisien Korelasi	Keterangan
1	0,4209	Valid	27	0,2617	Tidak Valid
2	0,4076	Valid	28	0,5576	Valid
3	0,4685	Valid	29	0,5885	Valid
4	0,4685	Valid	30	0,6384	Valid
5	0,0419	Tidak Valid	31	0,3161	Valid
6	0,2642	Tidak Valid	32	0,5991	Valid
7	0,1993	Tidak Valid	33	0,3731	Valid
8	0,3619	Valid	34	0,2179	Tidak Valid
9	0,3391	Valid	35	0,3038	Valid
10	0,3551	Valid	36	0,2968	Tidak Valid
11	0,3511	Valid	37	0,3778	Valid
12	0,4067	Valid	38	0,2401	Tidak Valid
13	0,4378	Valid	39	-0,2234	Tidak Valid
14	0,3722	Valid	40	0,3687	Valid
15	0,1717	Tidak Valid	41	0,4221	Valid

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

16	0,3565	Valid	42	0,3991	Valid
17	0,5582	Valid	43	0,4215	Valid
18	0,3958	Valid	44	0,3676	Valid
19	0,3375	Valid	45	0,1723	Tidak Valid
20	0,1615	Tidak Valid	46	0,2016	Tidak Valid
21	0,3909	Valid	47	0,4351	Valid
22	0,4054	Valid	48	0,4382	Valid
23	0,4072	Valid	49	0,3358	Valid
24	0,2596	Tidak Valid	50	0,4171	Valid
25	0,4416	Valid	51	0,3674	Valid
26	0,4956	Valid	52	-0,0109	Tidak Valid

Dari Tabel 3.5 itu dapat dilihat bahwa, 38 item pernyataan dinyatakan valid dan 14 item pernyataan dinyatakan tidak valid. Sebanyak 38 item pernyataan dapat digunakan sebagai alat ukur untuk instrumen tingkat kecemasan dan telah mewakili dari setiap indikator yang ada.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah istilah yang dipakai untuk menunjukkan sejauh mana suatu hasil pengukuran relatif konsisten apabila pengukuran diulangi lebih dari sekali. Reliabilitas artinya tingkat kepercayaan hasil suatu pengukuran. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi, yaitu adalah pengukuran yang mampu memberikan hasil ukur yang terpercaya (*reliabel*).

Dalam penelitian ini untuk uji reliabilitas instrumen menggunakan metode (rumusan) koefisien *Alpha Cronbach* sebagai berikut:

$$\alpha = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum S_j^2}{S_x^2} \right]$$

Keterangan:

k = Banyaknya belahan tes

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

S_j^2 = Varians belahan

S_x^2 = Varian skor total tes

Sekumpulan pertanyaan untuk mengukur suatu variabel dikatakan reliabel dan berhasil mengukur variabel yang diukur jika koefisien reliabilitasnya lebih dari atau sama dengan 0,700 (Kaplan dan Saccuzzo, 1993). Hasil uji validitas dan koefisien reliabilitas dapat dilihat pada Tabel 3.6.

Tabel 3.6
Hasil Uji Validitas dan Koefisien Reliabilitas

No. Item Pertanyaan	Koefisien Validitas	Keterangan	No. Item Pertanyaan	Koefisien Validitas	Keterangan
1	0,4209	Valid	28	0,5576	Valid
2	0,4076	Valid	29	0,5885	Valid
3	0,4685	Valid	30	0,6384	Valid
4	0,4685	Valid	31	0,3161	Valid
8	0,3619	Valid	32	0,5991	Valid
9	0,3391	Valid	33	0,3731	Valid
10	0,3551	Valid	35	0,3038	Valid
11	0,3511	Valid	37	0,3778	Valid
12	0,4067	Valid	40	0,3687	Valid
13	0,4378	Valid	41	0,4221	Valid
14	0,3722	Valid	42	0,3991	Valid
16	0,3565	Valid	43	0,4215	Valid
17	0,5582	Valid	44	0,3676	Valid
18	0,3958	Valid	47	0,4351	Valid
19	0,3375	Valid	48	0,4382	Valid
21	0,3909	Valid	49	0,3358	Valid
22	0,4054	Valid	50	0,4171	Valid
23	0,4072	Valid	51	0,3674	Valid
25	0,4416	Valid	Koefisien Reliabilitas		0,8682
26	0,4956	Valid	Keterangan		Reliabel

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Pada Tabel 3.6 terdapat 38 item pernyataan yang valid untuk dijadikan instrumen penelitian tingkat kecemasan. Dari hasil uji coba instrumen dapat diketahui reliabilitas instrumen tingkat kecemasan = 0,8682 maka dinyatakan reliabel. Berdasarkan uji coba instrumen ini sudah valid dan reliabel seluruh butirnya, maka instrumen dapat digunakan untuk pengukuran dalam rangka pengumpulan data. Dari hasil uji coba instrumen yang telah dihitung validitas dan reliabilitasnya, seluruh butir pertanyaan yang dinyatakan valid telah mewakili 14 indikator yang ada dalam instrumen tersebut, dapat dilihat pada Tabel 3.7.

Tabel 3.7
Kisi-Kisi Angket Penelitian

Variabel	Sub Variabel	Indikator	No.Item
<i>Anxiety</i>	Perasaan cemas (ansietas)	Cemas	1
		Takut akan pikiran sendiri	2
		Mudah tersinggung	3
	Ketegangan	Merasa tegang	4
		Gemetar	8
		Gelisah	9
	Ketakutan	Pada keramaian lalu lintas	10
		pada kerumunan orang banyak	11
	Gangguan tidur	Sukar tidur	12
		Terbangun malam hari	13
		Tidur tidak nyenyak	14
Mimpi buruk		16	
Gangguan kecerdasan	Sukar konsentrasi	17	
	Daya ingat menurun	18	
	Daya ingat buruk	19	
Perasaan depresi (murung)	Sedih	21	
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	22	
Gejala somatik/fisik (otot)	Sakit dan nyeri di otot-otot	23	
	Gigi gemerutuk	25	
Gejala somatik/fisik (sensorik)	Tinitus (telinga berdenging)	26	
	Muka merah atau pucat	28	
Gejala kardiovaskuler	Takikardia (denyut jantung cepat)	29	

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

		Berdebar-debar	30
		Denyut nadi mengeras	31
Gejala respirator (pernafasan)		Rasa tertekan atau sempit di dada	32
		Sering menarik nafas	33
Gejala gastrointestinal (pencernaan)		Sulit menelan	35
		Nyeri sebelum dan sesudah makan	37
Gejala urogenital		Sering buang air kecil	40
		Tidak dapat menahan air seni	41
		Menjadi dingin (<i>frigid</i>)	42
Gejala autonom		Mulut kering	43
		Mudah berkeringat	44
		Bulu-bulu berdiri	47
Tingkah laku (sikap)		Gelisah	48
		Tidak tenang	49
		Jari gemetar	50
		Muka tegang	51

G. Prosedur Pengolahan Data

Penulis melaksanakan pengumpulan data dan selanjutnya melakukan pengolahan data dengan cara-cara sebagai berikut:

1. Menghitung Rata-rata dan Simpangan Baku

- a. Mencari nilai rata-rata (\bar{X}) dari setiap kelompok dengan rumus :

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

Arti tanda-tanda rumus diatas adalah:

\bar{X} = nilai rata-rata yang dicari

X = skor mentah

n = jumlah sampel

Σ = jumlah dari

- b. Mencari simpangan baku dari setiap kelompok data dengan menggunakan rumus :

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

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

Arti tanda-tanda rumus diatas adalah :

S = simpangan baku yang dicari

Σ = jumlah dari

X = nilai data mentah

\bar{X} = nilai rata-rata yang dicari

n = jumlah sampel

2. Uji Normalitas

Uji normalitas ini bertujuan mengetahui apakah data dari hasil pengukuran normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah uji normalitas Liliefors, Nurhasan (2002: 105) caranya sebagai berikut :

- Pengamatan X_1, X_2, \dots, X_n jika dijadikan angka baku Z_1, Z_2, \dots, Z_n dengan menggunakan rumus :

$$Z = \frac{X - \bar{X}}{S}$$

- Untuk tiap angka baku digunakan daftar distribusi normal baku, kemudian dihitung peluang.

$$F(Z) = P(Z \leq Z)$$

- Selanjutnya dihitung proporsi Z_1, Z_2, \dots, Z_n yang lebih kecil atau sama dengan Z_1 , jika proporsi dinyatakan oleh $S(Z_1)$, maka :

$$S(Z_i) = \frac{\text{Banyaknya } \dots Z_1 \dots Z_2 \dots Z_n \text{ yang } \leq \dots Z_i}{n}$$

- Hitung selisih $F(Z_i) - S(Z_i)$ kemudian tentukan harga mutlaknya.
- Ambil harga mutlak yang paling besar. Sebutlah nilai-nilai terbesar ini L_0 .

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

- f. Untuk menerima atau menolak hipotesis nol, maka kita bandingkan L_0 ini dengan kritis L yang diambil dari daftar nilai kritis L untuk uji Liliefors, dengan taraf nyata 0,05.

3. Menghitung Prosentase Gambaran Alternatif Jawaban

Menghitung prosentase gambaran alternatif jawaban dengan menggunakan rumus :

$$P = \frac{\sum X_1}{\sum X_n} \times 100 \%$$

Keterangan :

P = Persentase

$\sum X_1$ = Jumlah skor atau pengamatan

$\sum X_n$ = Jumlah skor ideal atau pengharapan

100% = Bilangan tetap

Setelah data didapat kemudian menafsirkan dan menyimpulkan untuk mempermudah dalam penafsiran dan penyimpulan. Dalam hal ini memilih parameter dengan menafsirkan kriteria penilaian persentase yang diambil dari buku Hawari (2006: 79) yang terbagi kedalam lima kriteria. Kriteria frekwensi persentase dapat dilihat pada Tabel 3.8.

Tabel 3.8
Kriteria Frekwensi Persentase

Rentang Nilai	Kriteria
81 - 100 %	Kecemasan Sangat Tinggi
61 - 80 %	Kecemasan Tinggi
41 - 60 %	Kecemasan Sedang
21 - 40	Kecemasan Rendah

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

< 20 %	Kecemasan Sangat Rendah
--------	-------------------------



Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu