

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Subjek Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian merupakan tempat dimana penelitian dilaksanakan. Tempat atau lokasi penelitian ini dilaksanakan di Gor Pemuda Badminton, Jln. Pemuda no 51 Kota Cirebon.

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian dimaksudkan untuk memperkuat serta memberikan informasi yang sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah: Atlet-atlet kelas 4 dan kelas 5 dengan rentang usia 10-12 tahun di SDN 1 GROGOL Kabupaten Cirebon yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis berjumlah 20 orang.

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi penelitian

Menurut Arikunto (2010:173) “populasi adalah keseluruhan subyek penelitian”, sedangkan menurut Sugiyono (2012:119) “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan”. Berdasarkan kedua pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang berupa data kuantitatif dan kualitatif dari hasil mengukur dan menghitung.

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet-atlet kelas 4 dan kelas 5 dengan rentang usia 10-12 tahun di SDN 1 GROGOL Kabupaten Cirebon yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis berjumlah 28 orang. Untuk lebih jelas jumlah populasi dapat dilihat pada tabel 3.1 sebagai berikut:

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Tabel 3.1 Populasi Penelitian

No	Kelas	Jumlah Atlet	
		Putra	Putri
1	Kelas 4	9	7
2	Kelas 5	7	5
Jumlah Keseluruhan		16	12

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto 2010:174). Mengenai jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini, Arikunto (2010:177) kebanyakan peneliti beranggapan bahwa “semakin banyak sampel atau semakin besar persentase sampel dan populasi, hasil penelitian akan semakin baik. Hal ini tergantung dari sifat-sifat atau ciri-ciri yang dikandung oleh subyek penelitian dalam populasi”. Sedangkan menurut Sugiyono (2012:120) “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.” Dengan kata lain sampel merupakan kelompok yang digunakan dalam penelitian dimana data diperoleh.

Adapun cara dalam penentuan sampel penulis menggunakan *random sampling*. Proses teknik *random sampling* ini dilakukan dua tahapan, yaitu *random selection* dan *random assignment* (Ali, 2011:263). Tahap pertama yaitu tahap *random selection* adalah tahap menentukan sampel secara acak dari jumlah populasi yang ada, dalam hal ini ditentukan 20 orang sampel dari 28 anggota populasi yang ada, dari ke 20 orang sampel tersebut terdiri atas 10 atlet putra dan 10 atlet putri. Selanjutnya masuk pada tahap kedua menggunakan *random assignment*, pada tahap ini ke 20 sampel ditugaskan atau ditempatkan secara acak ke dalam 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Jadi masing-masing kelompok terdiri dari 10 orang sampel, yang terdiri dari 5 atlet

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

putra dan 5 atlet putri. Untuk lebih jelas mengenai jumlah sampel dapat dilihat pada tabel di halaman Berikut:

Tabel 3.2 Sampel Penelitian

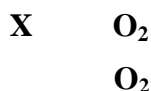
No	Kelompok	Jumlah Sampel	
		Putra	Putri
1	Eksperimen	5	5
2	Kontrol	5	5
Jumlah Sampel		10	10

Karakteristik sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Atlet-atlet kelas 4 dan kelas 5 dengan rentang usia 10-12 tahun di SDN 1 GROGOL Kabupaten Cirebon yang mengikuti ekstrakurikuler. Berdasarkan data di atas memungkinkan peneliti untuk melakukan penelitian secara representatif.

C. Design Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah *posttest only control group design*, dimana pada desain ini tanpa pre-test tapi hanya menggunakan post-test, tes dilakukan setelah diberikan perlakuan dengan adanya kelompok pembanding yang tidak diberikan perlakuan imajeri motivasional yaitu kontrol.

Desain penelitian disini yaitu metode eksperimen karena sesuai dengan metode penelitian yang digunakan, maka desain penelitian yang digunakan adalah desain dengan kelompok kontrol tanpa pre-test (Ali, 2011:276), tampilannya disajikan sebagai berikut:



Gambar 3.1

(Sumber: Memahami riset perilaku dan sosial, Ali, 2011:276)

Keterangan: X = Perlakuan; O₂ = Post-test (tes akhir)

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Pada kelompok 1 (kelompok eksperimen) diberikan perlakuan metode latihan imajeri motivasional selama 12 kali pertemuan dan tes akhir diberikan satu hari setelah pertemuan ke dua belas. Adapun untuk kelompok 2 (kelompok kontrol) hampir sama dengan kelompok eksperimen, namun sesuai dengan namanya kelompok kontrol tidak diberi perlakuan dan berfungsi sebagai kelompok pembandingan (Ali, 2011:275).

D. Metode Penelitian

Dalam suatu penelitian perlu menetapkan metode yang sesuai dan dapat membantu mengungkapkan suatu permasalahan. Keberhasilan suatu penelitian ilmiah tidak akan lepas dari metode yang digunakan dalam penelitian tersebut. Masalah yang akan diteliti serta tujuan yang ingin dicapai dalam suatu penelitian akan menentukan penggunaan metode penelitian. Menurut Arikunto (2010:2) “Terdapat tiga jenis metode penelitian yang bisa dipergunakan dalam suatu penelitian, diantaranya adalah metode deskriptif, metode tindakan dan metode eksperimen”.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode eksperimen dan metode tambahan yaitu metode deskriptif untuk mencari hubungan antara keterampilan teknik dasar lob bertahan dan kepercayaan diri sebagai akibat dari metode latihan imajeri motivasional. Mengenai metode eksperimen Arikunto (2010:9) menjelaskan bahwa “metode eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor yang mengganggu”. Hal serupa mengenai metode penelitian eksperimen dikemukakan oleh Sugiyono (2012: 109) yaitu, “metode penelitian yang digunakan untuk pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian kuantitatif.”

Dari kedua pendapat di atas, maka penulis dapat menyimpulkan bahwa metode eksperimen merupakan metode yang didalamnya terdapat hubungan sebab

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

akibat antara dua kelompok variabel yang ditimbulkan melalui penelitian. Adapun variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah : (1) Variabel bebas: metode latihan mental imajeri motivasional, (2) variabel terikat: keterampilan teknik dasar lob bertahan dan kepercayaan diri atlet bulutangkis pemula usia 10-12 tahun.

E. Instrumen Penelitian

Dalam sebuah penelitian diperlukan instrumen penelitian yang tepat, karena instrumen merupakan suatu alat pengumpulan data dalam suatu penelitian, dan instrumen tersebut harus dapat mengukur apa yang hendak diukur. Dalam hal ini Sugiyono (2012:148) mengemukakan bahwa instrumen penelitian ialah “suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena ini disebut variabel penelitian.”

Sesuai dengan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian merupakan suatu alat ukur yang digunakan untuk mengukur suatu tes dan bertujuan untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam proses penelitian. Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah tes keterampilan teknik dasar lob bertahan dan kepercayaan diri,

Ada dua instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu tes keterampilan dasar lob bertahan dan skala kepercayaan diri. Tes keterampilan lob bertahan di adaptasi dari Hidayat (2004:140). Validitas dan reliabilitas tes tersebut disajikan pada tabel 3.3. di bawah ini:

Tabel 3.3. Validitas dan reliabilitas tes keterampilan dasar lob bertahan

No	Jenis Tes	Validitas	Reliabilitas
1	Keterampilan dasar lob bertahan	0,74	0,90

(Sumber, Latihan keterampilan psikologis dalam belajar keterampilan gerak, Hidayat, 2004:140)

Sedangkan angket kepercayaan diri merujuk pada dimensi yang dikembangkan oleh Vealey (1998) yang kemudian diadaptasi oleh Hidayat (2012). Kedua instrumen tersebut akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Instrumen Tes Keterampilan Dasar Lob Bertahan

a. Definisi Konseptual

Lob bertahan merupakan salah satu jenis pukulan dari atas kepala yang paling sering digunakan dan memainkan peranan penting terutama dalam permainan tunggal. Lob bertahan dapat diartikan sebagai jenis keterampilan dasar memukul yang dilakukan dari atas kepala dengan gerakan forehand dan arah kok melambung tinggi ke bagian belakang lapang lawan dengan tujuan untuk bertahan/mendapatkan paritas ke posisi semula (Subarjah, 2007:65).

b. Definisi Operasional

Pengukuran kualitas hasil tes lob bertahan dapat dilakukan melalui tes objektif jenis *Accuracy-Based Test* (Morrow, Jackson, Disch, & Mood, 2005 dalam Hidayat, 2012) yang mengukur ketepatan hasil pukulan pada bidang sasaran yang telah ditentukan, diungkap melalui tes lob bertahan dan diukur berdasarkan jumlah pukulan yang berhasil dilakukan dengan benar dan kok jatuh pada bidang sasaran yang telah ditentukan dalam 12 kali kesempatan. Semakin tinggi skor yang dicapai oleh atlet dalam tes, maka semakin tinggi tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar lob bertahan atlet tersebut, sebaliknya semakin rendah skor yang dicapai maka semakin rendah tingkat penguasaan keterampilan bermain bulutangkis atlet tersebut (Hidayat, 2012)

c. Prosedur Tes Keterampilan Dasar Lob Bertahan

Untuk memperoleh data mengenai keterampilan dasar lob bertahan atlet dalam hal penelitian ini menggunakan prosedur penelitian tes yang sudah baku, yaitu yang dikembangkan oleh Hidayat (2012).

(1) Desikripsi tes

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Jenis tes keterampilan dasar memukul yang dilakukan dari atas kepala dengan gerakan forehand dan arah kok melambung ke bagian belakang lapangan lawan dengan tujuan untuk bertahan atau mendapatkan keseimbangan pada posisi semula.

(2) Tujuan Tes

Mengukur ketepatan memukul keterampilan hasil latihan atlet dalam melakukan keterampilan teknik dasar lob bertahan kearah sasaran tertentu dengan arah kok melambung tinggi ke bagian belakang lapangan lawan

(3) Peralatan

Lapangan bulutangkis standart, raket, satelkok, meteran, dua buah tiang besi setinggi 2,72 m, pita yang direntangkan sejajar di atas net dengan jarak 4.27 m, dan tinggi 3 meter dari lantai, alat tulis dan formulir pengisian skor.

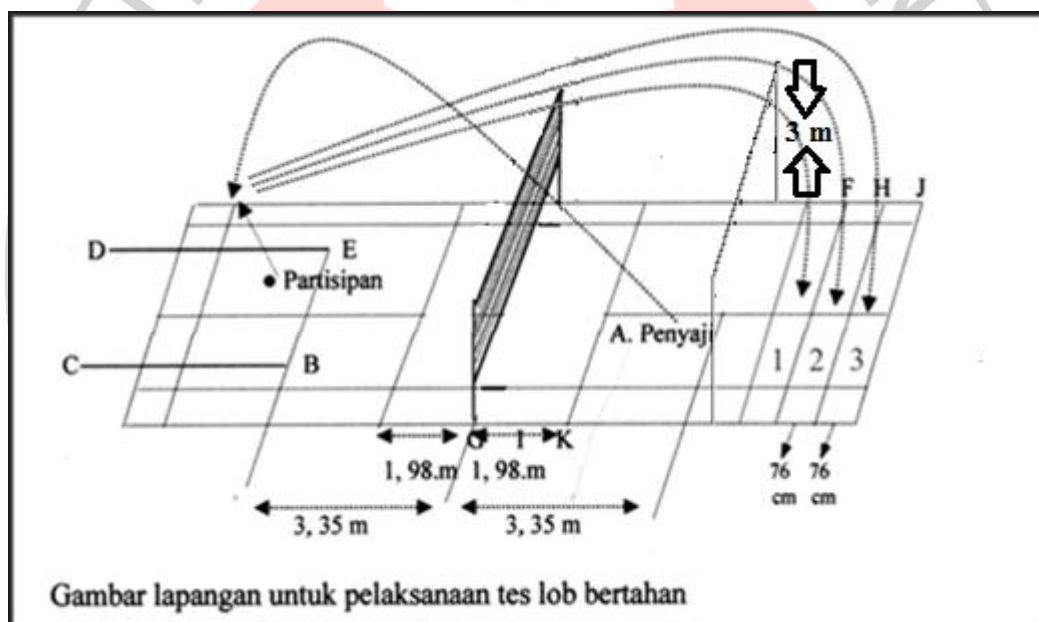
(4) Petugas pelaksanaan pengetesan

Terdiri dari 5 orang, dua orang sebagai pengumpan, satu orang penghitung, pencatat, dan pengambil satelkok.

(5) Pelaksanaan tes

- (a) Penyaji berdiri di tengah-tengah lapangan atau pada titik yang sudah ditentukan paling dekat dengan net 3,35 meter dari net;
- (b) Testi atau partisipan mengambil tempat dan berdiri pada zona yang telah ditentukan paling dekat 3,35 meter dari net.
- (c) Penyaji melakukan servis ke zona partisipan dan bergerak memukul satelkok sehingga melewati tali setinggi 3 meter dari permukaan lantai yang dipasang pada tiang net.
- (d) Setiap partisipan mendapatkan dua kali kesempatan, dan setiap kali kesempatan di sediakan 6 satelkok, sehingga partisipan mendapatkan 12 kesempatan untuk melakukan pukulan.
- (e) Apabila satelkok mengenai tali setinggi 3 meter dari permukaan lantai yang dipasang pada tiang net dan ajatunya tidak sampai pada zona skor maka diadakan pukulan ulang.

Untuk lebih jelas dapat dilihat pada gambar 3.2 berikut :



Gambar 3.2

(Sumber: Pengaruh intervensi strategi multiteknik terhadap hasil belajar keterampilan dasar bermain bulutangkis, motivasi olahraga, dan kepercayaan diri, Hidayat, 2012:139)

2. Instrumen Kepercayaan Diri

Untuk memperoleh data tentang tingkat kepercayaan diri digunakan kuesioner yang disusun oleh penulis. Kuesioner atau angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2012:192). Sedangkan menurut Arikunto (2006:151) menyatakan bahwa angket atau kuesioner adalah “sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang kepribadiannya atau hal-hal yang dia ketahui.” Angket atau kuesioner pada penelitian ini dibuat untuk menjangkau dan memperoleh informasi bagaimana gambaran tingkat kepercayaan diri atlet bulutangkis usia 10-12 tahun.

Jenis angket yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah jenis angket tertutup. Angket tersebut telah tersusun atas pertanyaan atau pernyataan yang tegas, teratur, kongkrit, lengkap dan tidak menuntut jawaban, hanya sesuai dengan alternatif jawaban. Ini sependapat dengan apa yang dikemukakan oleh Arikunto (2006:152) yang menyebutkan “angket tertutup atau koesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih.”

Instrumen dikembangkan dalam bentuk kuesioner dengan pola jawaban berskala likert. Proses penyusunan kuesioner diawali menyusun dan menentukan indikator-indikator kepercayaan diri, pembuatan kisi-kisi kemudian dikembangkan menjadi butir-butir pertanyaan beserta taraf skalanya. Penyusunan butir-butir instrumen mengacu pada dimensi konstruk yang didasarkan pada konsep teoritis mengenai kepercayaan diri yang dikembangkan oleh Vealey (1998 dalam Hidayat, 2011:95), terdiri atas tiga dimensi yaitu (1) efisiensi kognitif (*cognitive efficiency*), (2) latihan dan keterampilan fisik (*physical skill and training*), dan (3) resiliensi (*resilience*).

a. Definisi Konseptual dan Operasional

Kepercayaan diri atau rasa percaya diri adalah keyakinan individu tentang kemampuan baik secara pasif maupun aktif untuk berhasil dalam melakukan sesuatu berdasarkan kemampuan yang dimilikinya (Hidayat, 2011:92). Sedangkan secara operasional kepercayaan diri di artikan sebagai tingkat keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam melakukan keterampilan dasar lob

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

bertahan yang diukur melalui skor item-item efisiensi kognitif, latihan dan keterampilan fisik, serta resiliensi. Semakin tinggi skor yang dicapai maka semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki siswa/atlet tersebut, sebaliknya semakin rendah skor yang dicapai maka semakin rendah kepercayaan diri siswa tersebut (Hidayat, 2012)

b. Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri

Berdasarkan komponen kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Vealey (1998 dalam Hidayat, 2012:99) di atas kemudian disusun indikator-indikator untuk mempermudah membuat butir-butir pertanyaan atau pernyataan. Adapun sebaran-sebaran butir pertanyaan atau pernyataan untuk mengukur tingkat kepercayaan diri dapat dilihat pada tabel 3.4 di halaman berikut:

Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan diri

Indikator	Aitem uji coba	Aitem dibutuhkan
1. Efisiensi Kognitif		
a. KD memfokuskan perhatian	6	3
b. KD membuat keputusan yang tepat	6	3
c. KD mengelola pikiran untuk mencapai keberhasilan	6	3
2. Penguasaan keterampilan fisik dan teknik		
a. KD menguasai keterampilan fisik	6	3
b. KD menguasai keterampilan teknik	6	3
3. Resiliensi		
a. KD memperbaiki kesalahan	6	3
b. KD mengatasi keraguan	6	3
c. KD menampilkan penampilan terbaik	6	3
JUMLAH	48	24

Sumber: Proposal Disertasi, Hidayat (2012:99)

c. Kriteria Pemberian Skor Pertanyaan atau Pernyataan

Setiap pertanyaan atau pernyataan disediakan tiga alternatif jawaban, yakni Setuju, Setuju atau Tidak setuju, Tidak Setuju. Dalam hal ini mengenai alternatif

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

jawaban dalam angket, penulis menggunakan model skala *Likert*. Seperti yang telah dikemukakan oleh Sugiyono (2012:136) yang mengatakan sebagai berikut:

Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam penelitian fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut dengan variabel penelitian.

Berdasarkan uraian di atas penulis menetapkan kategori penskoran sebagai berikut : kategori untuk setiap butir pernyataan yaitu Setuju = 3, Setuju atau Tidak Setuju = 2, Tidak Setuju = 1.

d. Uji Coba Angket

Angket yang telah disusun harus diuji cobakan untuk mengukur tingkat validitas dan reabilitas dari setiap butir pertanyaan-pertanyaan. Dari uji coba tersebut akan diperoleh sebuah angket yang memenuhi syarat dan dapat digunakan sebagai pengumpul data dalam penelitian. Uji coba instrument bertujuan untuk menentukan valid atau tidaknya suatu tes berupa angket dan apakah tes berupa angket tersebut cocok atau tidak digunakan dalam penelitian tentang daya prediksi tingkat kepercayaan diri terhadap penguasaan keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis.

Pada penelitian ini penulis melakukan uji coba angket pada 50 orang atlet usia 10-12 tahun dari beberapa *club* bulutangkis di Jawa Barat pada bulan November 2012. Angket tersebut diberikan kepada para sampel penelitian yaitu atlet-atlet yang berusia 10-12 tahun sebanyak 50 orang yang terdiri dari beberapa *club* dan dalam teknik pengisiannya dilakukan setelah latihan.

F. Validitas dan Reliabilitas Angket Kepercayaan Diri

Untuk memperoleh kesahihan dan kerendahan dari setiap butir soal, harus dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen. Semua data yang terkumpul dari hasil uji coba instrumen dianalisis menggunakan dengan bantuan *SPSS 20 for*

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

windows. Metode uji validitas instrument yang digunakan adalah Metode *Corrected Item Total Correlation* yaitu uji validitas internal butir tes dengan mengkorelasikan antara skor tiap butir soal yang didapatkan dengan skor total responden (Priyatno, 2010:24) sedangkan untuk reabilitas instrumen peneliti menggunakan metode *Cronbach Alpha* yaitu model *internal consistency score* berdasarkan korelasi purata antara butir-butir (*items*) yang ekuivalen (Uyanto, 2009:273).

1. Pengujian validitas

Uji validitas instrumen berkenaan dengan ketepatan alat ukur terhadap konsep yang diukur sehingga benar-benar mengukur apa yang hendak diukur. Arikunto (2006:160) mengemukakan “Validitas adalah pengukuran yang menunjukkan tingkat kevaliditasan dan kesahihan suatu instrument.” Metode yang akan digunakan dalam uji validitas dalam penelitian ini adalah Metode *Corrected item Total Correlation* yaitu dengan mengkorelasikan antara skor tiap item dengan skor total dan melakukan korelasi terhadap nilai koefisien korelasi overstimasi (Priyatno, 2010 : 24). Semua data yang terkumpul dari hasil uji coba instrument akan dianalisis menggunakan dengan bantuan *SPSS 20 for windows*. Hasilnya disajikan di bawah ini.

Tabel 3.5
Data Hasil Uji Validitas Angket Kepercayaan Diri

Indikator	No Item	r hitung	r tabel	Validitas	Ket	Item jadi	No
Memfokuskan perhatian	1	0,123	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	9	0,578	0,235	Valid	Di ambil	9	1
	17	0,383	0,235	Valid	Di ambil	17	2
	25	0,457	0,235	Valid	Di ambil	25	3
	33	-0,075	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	41	0,320	0,235	Valid	Di ambil	41	4
Membuat keputusan tepat	2	0,184	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	10	0,167	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	18	-0,093	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	26	0,305	0,235	Valid	Di ambil	26	5

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

	34	0,191	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	42	-0,066	0,235	Tidak Valid	Di buang		
Mengelola pikiran	3	0,397	0,235	Valid	Di ambil	3	6
	11	0,374	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	19	0,070	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	27	0,090	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	35	0,078	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	43	0,213	0,235	Tidak Valid	Di buang		
Menguasai keterampilan fisik	4	0,352	0,235	Valid	Di ambil	4	7
	12	0,542	0,235	Valid	Di ambil	12	8
	20	0,224	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	28	0,465	0,235	Valid	Di ambil	28	9
	36	0,322	0,235	Valid	Di ambil	36	10
	44	0,381	0,235	Valid	Di ambil	44	11
Menguasai keterampilan teknik	5	0,132	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	13	0,251	0,235	Valid	Di ambil	13	12
	21	-0,098	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	29	0,277	0,235	Valid	Di ambil	29	13
	37	0,299	0,235	Valid	Di ambil	37	14
	45	0,290	0,235	Valid	Di ambil	45	15
Memperbaiki kesalahan	6	0,350	0,235	Valid	Di ambil	6	16
	14	-0,109	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	22	0,205	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	30	0,433	0,235	Valid	Di ambil	30	17
	38	0,222	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	46	0,323	0,235	Valid	Di ambil	46	18
Mengatasi keraguan	7	-0,337	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	15	-0,145	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	23	0,470	0,235	Valid	Di ambil	23	19
	31	0,300	0,235	Valid	Di ambil	31	20
	39	-0,181	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	47	0,063	0,235	Tidak Valid	Di buang		
Menampilkan penampilan terbaik	8	0,012	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	16	0,375	0,235	Valid	Di ambil	16	21
	24	0,356	0,235	Valid	Di ambil	24	22
	32	0,533	0,235	Valid	Di ambil	32	23
	40	0,132	0,235	Tidak Valid	Di buang		
	48	0,337	0,235	Valid	Di ambil	48	24

Metode pengambilan keputusan pada uji validitas yaitu menggunakan batasan r tabel dengan signifikansi 0,05 dan uji 2 sisi atau menggunakan batasan 0,3 (Azwar dalam Priyatno, 2010:27). Untuk batasan r tabel maka dengan $n=50$ didapat r tabel sebesar 0,235. Menurut Priyatno (2010:27) menyatakan bahwa “jika nilai korelasi lebih dari batasan yang ditentukan maka item dianggap valid,

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

sedang jika kurang dari batasan yang ditentukan maka item dianggap tidak valid.” Sesuai dengan kriteria r tabel tersebut, maka diperoleh 24 item yang valid dan 24 item yang tidak valid. Dalam hal ini nilai korelasi bisa dilihat pada kolom *Corrected Item-Total Correlation* yang terdapat pada lampiran.

2. Pengujian Reliabilitas

Setelah diuji validitas, terdapat 24 item butir soal yang tidak valid dan 24 item butir soal yang dinyatakan valid. Maka langkah selanjutnya adalah menghitung uji reliabilitas. Reliabilitas merupakan syarat perlu tapi tidak cukup untuk validitas (Uyanto, 2009:273). Suatu alat pengukuran atau tes dikatakan reliabel jika alat ukur menghasilkan suatu gambaran yang benar-benar dapat dipercaya dan dapat diandalkan untuk menghasilkan pengukuran yang sesungguhnya. Instrumen kuesioner yang tidak reliabel maka tidak dapat konsisten untuk pengukuran sehingga hasil pengukuran tidak dapat dipercaya (Priyatno, 2010:24). Metode yang akan digunakan dalam uji reliabilitas pada penelitian ini adalah Metode *Alpha Cronbach*. Arikunto (1996:190) mengemukakan “untuk mencari reliabilitas instrumen yang skor butirnya bukan 1 atau 0 melainkan skala bertingkat atau *rating scale* digunakan rumus alpha dari Cronbach sebagai berikut :

$$r_{II} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum s_b^2}{s_t^2} \right]$$

Keterangan :

r_{II} : reliabilitas instrument

k : banyaknya butir pertanyaan (item)

$\sum s_b^2$: jumlah varians butir

s_t^2 : jumlah varians total

Koefisien reliabilitas yang diperoleh selanjutnya dikonsultasikan dengan r table. Jika r dihitung > r tabel, berarti instrumen tersebut reliabel dan siap digunakan dalam penelitian. Menurut (Sekaran dalam priyatno, 2010:32)

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

mengemukakan bahwa “reliabilitas kurang dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima dan diatas 0,8 adalah baik.”

Hasil uji reliabilitas *alfa Cronbach* butir soal instrumen dengan menggunakan bantuan *SPSS 20 for windows* adalah sebesar 0,841 dengan jumlah item soal sebanyak 24 yang ditampilkan dalam tabel 3.4. karena nilai lebih dari 0,8 maka dapat disimpulkan bahwa instrumen kepercayaan diri adalah sangat reliabel.

Tabel 3.6
Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Case Processing Summary		
	N	%
Valid	50	100,0
Cases Excluded ^a	0	,0
Total	50	100,0

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,841	24

G. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian menjelaskan tentang tahap dan langkah-langkah penelitian. Secara umum ada tiga tahap penelitian, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan pelaporan. Setiap tahapan terdiri atas beberapa langkah kegiatan, seperti diuraikan berikut ini:

1. Tahap persiapan, terdiri atas langkah-langkah kegiatan:
 - (1) Pengajuan judul pada dosen pembimbing, penyusunan proposal, dan seminar proposal penelitian;

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

- (2) Pengajuan surat izin penelitian ke dan dari Jurusan Pendidikan Keperawatan, Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga yang kemudian diserahkan ke pihak SDN 1 GROGOL Kabupaten Cirebon;
 - (3) Melakukan studi pendahuluan ke lokasi penelitian SDN 1 GROGOL Kabupaten Cirebon;
 - (4) Pelatihan teknik pembelajaran imajeri mental yang dilaksanakan dari tanggal 19 sampai 23 Oktober 2012 di Kampus FPOK UPI;
2. Tahap pelaksanaan, terdiri atas langkah-langkah kegiatan:
- (1) Pemberian perlakuan strategi imajeri mental motivasi terhadap kelompok eksperimen selama 12 kali pertemuan; Jadwal dan program perlakuan dapat di lihat pada lampiran.
 - (2) Pelaksanaan *post-test* atau tes akhir untuk melihat pengaruh perlakuan strategi imajeri mental motivasi terhadap penguasaan keterampilan teknik dasar lob bertahan dan kepercayaan diri . Tes akhir dilaksanakan satu hari setelah pertemuan ke-12, yaitu pada hari rabu, tanggal 2 bulan Maret 2013;
3. Tahap pelaporan, terdiri atas langkah-langkah kegiatan:
- (1) Melakukan pengolahan dan analisis data yang sudah terkumpul;
 - (3) Membuat interpretasi, membuat kesimpulan & rekomendasi hasil penelitian;
 - (4) Menyusun naskah skripsi secara lengkap.

H. Analisis data

Teknik analisis yang digunakan untuk menganalisis data penelitian yang sudah terkumpul adalah teknik analisis uji perbedaan dua rata-rata. Teknik analisis ini digunakan untuk mengetahui pengaruh strategi imajeri mental motivasi terhadap penguasaan keterampilan teknik dasar lob bertahan dan kepercayaan diri dibandingkan dengan kelompok kontrol. Proses analisis dilakukan dengan program *SPSS 20 for windows* . Langkah-langkah yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- (1) Membuat deskripsi statistik kedua kelompok (eksperimen dan kontrol);
- (2) Melakukan uji asumsi normalitas dan homogenitas

Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasi Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

- (3) Melakukan uji hipotesis menggunakan uji perbedaan dua rata-rata (*T-test*).
- (4) Melakukan uji perbandingan penguasaan keterampilan dasar lob bertahan dengan kepercayaan diri sebagai dampak dari perlakuan strategi belajar imajeri mental motivasional.



Bambang Sugandi, 2013

Pengaruh Intervensi Metode Latihan Imajeri Motivasional Terhadap Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Lob Bertahan Dan Kepercayaan Diri Atlet Bulutangkis Pemula Usia 10-12 Tahun Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu