

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penelitian pada dasarnya merupakan suatu proses pencarian (*inquiry*), menghimpun data, mengadakan pengukuran, analisis, sintesis, membandingkan, mencari hubungan, dan menafsirkan hal-hal yang dianggap masalah oleh peneliti. Dalam hal ini metode penelitian sangatlah penting digunakan untuk melakukan suatu penelitian agar dapat terkumpul data yang benar dan mempunyai kriteria yang valid, ini sependapat dengan pendapat yang dikemukakan oleh Sugiyono (2009, hlm. 4) yang mengatakan bahwa ”data yang diperoleh melalui penelitian itu adalah data empiris (teramati) yang mempunyai kriteria tertentu yaitu valid.”

Sesuai dengan tujuan penelitian ini, yaitu untuk menguji pengaruh metode penetapan tujuan proses terhadap motivasi olahraga dan penguasaan keterampilan *dropshot*, maka metode penelitian yang digunakan adalah metode *Quasi Eksperiment* (eksperimen semu). Sugiyono (2013, hlm. 114) menjelaskan bahwa: “Bentuk desain eksperimen ini merupakan pengembangan dari *true experimental design*, yang sulit dilaksanakan. Desain ini mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variable-variabel luar yang mempengaruhi eksperimen”.

B. Lokasi dan Subjek Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian merupakan situasi, tempat, dimana penelitian dilaksanakan. Penelitian ini dilaksanakan di Jl. Veteran No. 2 Kecamatan Kejaksan, Kota Cirebon atau di Gedung (GAS).

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian dimaksudkan untuk memperkuat dan memberikan informasi yang sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet usia dini di PB. Nasional yang berjumlah 20 atlet sebagai populasi. Kemudian peneliti menggunakan *sampling jenuh* yaitu keseluruhan atlet berjumlah 20 orang yang akan dijadikan sebagai sampel dengan sesuai kebutuhan pelatih, yaitu atlet usia dini yang baru mempelajari teknik dasar *dropshot*.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek yang akan diselidiki, menurut Sugiyono (2011, hlm. 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 kesimpulannya, sedangkan menurut Arikunto (1997, hlm. 108), populasi diartikan sebagai "... keseluruhan subjek penelitian". Berdasarkan kedua pengertian di atas, maka populasi dapat diartikan sebagai suatu subjek yang mempunyai sifat-sifat atau karakteristik yang berbeda dan dapat dipakai dalam penelitian. Berdasarkan kedua pengertian di atas, maka populasi dapat diartikan sebagai suatu subjek yang mempunyai sifat-sifat atau karakteristik yang berbeda dan dapat dipakai dalam penelitian. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet usia dini di PB. Nasional Cirebon, yang berjumlah 20 orang terdiri dari 10 atlet putera dan 10 atlet puteri.

2. Sampel Penelitian

Setelah menentukan populasi, langkah selanjutnya adalah menentukan sampel. Meneliti jumlah populasi besar membutuhkan biaya dan kesempatan yang lebih besar. Sugiyono (2011, hlm. 120) menyatakan bahwa “ sampel adalah bagian jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.” Dengan kata lain sampel merupakan kelompok yang digunakan dalam penelitian dimana data diperoleh. Pengertian sampel menurut Arikunto (2006, hlm. 131) yaitu “Sebagian atau wakil populasi yang diteliti“. Sampel dalam penelitian ini dipilih sesuai karakteristik yang sudah ditentukan oleh peneliti, karakteristik tersebut yaitu sebagai berikut:

- (1) Atlet pemula yang baru belajar bulutangkis tidak lebih dari tiga bulan.
- (2) Jenis kelamin putera dan puteri.
- (3) Berusia antara 10 sampai 12 tahun.
- (4) Terdaftar di PB. Nasional.

Dari kriteria tersebut diperoleh 10 atlet putera dan 10 atlet puteri. Pada tahap pertama cara dalam penentuan sampel yaitu menggunakan sampling jenuh atau *total sampling* dikarenakan jumlah populasi relatif kecil. Menurut Sugiyono (2013, hlm. 124) “Sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel, hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relative kecil, kurang dari 30 orang”. Oleh karena itu maka peneliti menggunakan sampling jenuh dengan sample yang digunakan sebanyak 20 atlet.

Pada tahap kedua setelah didapat 20 atlet kemudian dibagi ke dalam dua kelompok tanpa menggunakan random, sehingga didapat dua kelompok dengan jumlah sama banyak. Kelompok satu 10 orang dengan beranggotakan 5 orang putra dan 5 orang putri sebagai kelompok eksperimen, kelompok dua beranggotakan 10 orang yang terdiri 5 putra dan 5 orang putri sebagai kelompok kontrol.

Kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa metode penetapan tujuan proses, sedangkan kelompok kontrol diberikan metode konvensional dalam penguasaan teknik dasar *dropshot*.

Berikut peneliti sajikan data sampel yang akan digunakan dalam penelitian:

No	NAMA	JK	TEMPAT LAHIR	TANGGAL LAHIR
1	Fildza Rifa Wardana	P	CIREBON	13/06/2004
2	Aisyah Ardiningrum Sumarsono	P	CIREBON	23/08/2005
3	Al Hamid Cakrawangsa Soros Muji	L	CIREBON	4/3/2005
4	Bagas Al-Farisi	L	CIREBON	9/5/2004
5	Bira Adriana Sundung	P	CIREBON	14/07/2005
6	Deanova Mulya Putra	L	CIREBON	20/04/2005
7	Farid Nur Azis	L	CIREBON	30/11/2004
8	Fauzan Ahmad Rizkinsya	L	CIREBON	20/11/2005
9	Fidela Faiza Septiandra Wasaraka	P	JAKARTA	3/9/2005
10	Fitria Normaisya Sutarja	P	CIREBON	26/02/2005
11	Gigafasli Muhammad Guntara	L	CIREBON	27/04/2006
12	Hanif Nugroho	L	BOGOR	10/2/2004
13	Irmansyah Aditya Ramadhan	L	CIREBON	24/10/2005
14	Karina Listiani	P	CIREBON	16/05/2006
15	Komang Ayu Cahaya Premesti Dewi	P	CIREBON	4/4/2005
16	Lyvia Arminta Prasetyo	P	CIREBON	13/06/2005
17	Marcel Ong Wijaya	L	CIREBON	11/11/2006
18	Miranda Putri Heryadi	P	CIREBON	3/7/2006
19	Muhammad Amru Syakir Ibnu Z	L	CIREBON	26/08/2005
20	Nadia Eliza	P	CIREBON	12/2/2005

D. Desain Penelitian

Desain penelitian diperlukan dalam suatu penelitian karena desain penelitian dapat menjadi pegangan yang lebih jelas dalam melakukan penelitiannya. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Nonequivalent Control Group Design*, menurut Sugiyono (2013, hlm. 116) desain ini hampir sama dengan *pretest-posttest control group design*, hanya pada design ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random. Dimana

Meidiyanto Dwi Cipta, 2016

PENGARUH METODE PROCESS GOAL SETTING TERHADAP MOTIVASI OLAHRAGA DAN
PENGUASAAN KETERAMPILAN DASAR DROPSHOT CABANG OLAHRAGA BULUTANGKIS PADA
ATLET PEMULA PB. NASIONAL CIREBON

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

didalam desain ini juga menggunakan tes sebelum diberinya perlakuan dan tes sesudahnya diberikan perlakuan dengan adanya kelompok pembanding atau kontrol. tampilannya disajikan pada gambar 3.1.berikut:

Treatment group	O ₁	X	O ₂
Control group	O ₃		O ₄

Gambar 3.1 Desain Penelitian *The Static-Group Pretest-Posttest Control Group Design* (Fraenkel, 2012, hlm. 270)

Keterangan:

- X** = Kelompok Eksperimen (Treatment Penetapan Tujuan Proses)
- O₁** = Pre-test (Tes Awal pada kelompok eksperimen)
- O₂** = Post-test (tes akhir pada kelompok eksperimen)
- O₃** = Pre-test (tes awal keterampilan *dropshot* kelompok kontrol)
- O₄** = Post-test (tes akhir keterampilan *dropshot* kelompok kontrol)

E. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan di GOR GAS mulai tanggal mulai tanggal 30 April 2016 sampai dengan 5 Juni 2016 dengan 16 kali pertemuan dengan intensitas pertemuan tiga kali dalam seminggu. Penulis menentukan 16 kali pertemuan dengan intensitas pertemuan dilakukan tiga kali dalam seminggu, berdasarkan pendapat Harre (Bompa, 1994) dalam Tite Juliantine, dkk (2007, hlm. 2.28) adapun mesocycle adalah suatu siklus jangka menengah yang lamanya antara 3 – 6 minggu. Adapun frekwensi latihan dengan intensitas 3 kali seminggu,hal ini didukung oleh Coerver (1985, hlm. 299), ”Latihan sekurang-kurangnya dilakukan tiga kali dalam seminggunya”. Dengan latihan yang dilakukan 3 kali seminggu secara teratur dan kontinyu akan memberikan pengaruh yang berarti terhadap peningkatan keterampilan dan kondisi fisik.

Dari pendapat para ahli di atas pemberian perlakuan (*treatment*) dalam penelitian ini dilakukan sebanyak 16 kali pertemuan. Penulis menentukan intensitas pertemuan yang dilakukan tiga kali dalam seminggu berdasarkan dari Juliantine, dkk (2007, hlm. 265) “... latihan sebaiknya dilakukan minimal 3 kali dalam seminggu”. Sehingga apabila penerapan *treatment* dalam penelitian ini dilakukan di atas batas minimal, kemungkinan akan berhasilnya lebih tinggi. Berikut adalah tabel program rencana dilaksakannya eksperimen seperti yang tertera pada halaman 42:

Tabel 3.1
Jadwal Program Rencana Pelaksanaan Pre-Test, Treatment, Dan
Post-Test Proses Eksperimen

Tanggal Pelaksanaan	Jam Pelaksanaan	Pertemuan	Kegiatan
Jumat, 29 April 2016	14.00-17.00		Pre-Test
Sabtu, 30 April 2016	14.00-17.00	I	Pengenalan pukulan dropshot, belajar cara memegang raket, shuttlecock handling, dan memperkenalkan sub tujuan 1
Senin, 2 Mei 2016	14.00-17.00	II	Belajar cara memegang raket, shuttlecock handling, melakukan sub tujuan 1 pukulan dropshot
Selasa, 3 Mei 2016	14.00-17.00	III	Melakukan sub

			tujuan 1 pukulan dropshot
Sabtu, 7 Mei 2016	14.00-17.00	IV	Melakukan sub tujuan 1 dan sub tujuan 2 pukulan <i>dropshot</i>
Senin, 9 Mei 2016	14.00-17.00	V	Melakukan sub tujuan 1 dan sub tujuan 2 pukulan <i>dropshot</i>
Selasa, 10 Mei 2016	14.00-17.00	VI	Melakukan sub tujuan 1 dan sub tujuan 2 pukulan <i>dropshot</i>
Sabtu, 14 Mei 2016	14.00-17.00	VII	Melakukan sub tujuan 2 dan memperkenalkan sub tujuan 3 pukulan <i>dropshot</i>
Senin, 16 Mei 2016	14.00-17.00	VIII	Melakukan sub tujuan 1, sub tujuan 2 dan memperkenalkan sub tujuan 3 pukulan <i>dropshot</i>
Selasa, 17 Mei 2016	14.00-17.00	IX	Melakukan sub tujuan 1, sub tujuan 2 dan sub tujuan 3 pukulan <i>dropshot</i>
Sabtu, 21 Mei 2016	14.00-17.00	X	Melakukan sub tujuan 2 dan sub tujuan 3 pukulan <i>dropshot</i>
Senin, 23 Mei 2016	14.00-17.00	XI	Melakukan sub tujuan 2 dan sub tujuan 3 pukulan <i>dropshot</i>
Selasa, 24 Mei 2016	14.00-17.00	XII	Melakukan sub tujuan 2 dan sub tujuan 3 pukulan <i>dropshot</i>
Sabtu, 28 Mei 2016	14.00-17.00	XIII	Melakukan sub tujuan 1, sub

Meidiyanto Dwi Cipta, 2016

PENGARUH METODE PROCESS GOAL SETTING TERHADAP MOTIVASI OLAHRAGA DAN PENGUASAAN KETERAMPILAN DASAR DROPSHOT CABANG OLAHRAGA BULUTANGKIS PADA ATLET PEMULA PB. NASIONAL CIREBON

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

			tujuan 2, sub tujuan 3 dan sub tujuan 4 pukulan <i>dropshot</i>
Senin, 30 Mei 2016	14.00-17.00	XIV	Melakukan sub tujuan 1, sub tujuan 2, sub tujuan 3 dan sub tujuan 4 pukulan <i>dropshot</i>
Selasa, 31 Mei 2016	14.00-17.00	XV	Melakukan sub tujuan 1, sub tujuan 2, sub tujuan 3 dan sub tujuan 4 pukulan <i>dropshot</i>
Kamis, 2 Juni 2016	14.00-17.00	XVI	Melakukan sub tujuan 1, sub tujuan 2, sub tujuan 3 dan sub tujuan 4 pukulan <i>dropshot</i>
Sabtu, 4 Juni 2016	14.00-17.00	XVII	Post-Test

F. Definisi Konseptual

1. Definisi Konseptual Penetapan Tujuan Proses

Tujuan proses adalah teknik menetapkan tujuan belajar dengan fokus pada penguasaan dan pengembangan keterampilan, serta memahami sesuatu secara lebih mendalam dengan berusaha menggunakan beragam cara atau strategi untuk menguasai suatu keterampilan gerak tertentu Hidayat (2012, hlm. 75).

2. Definisi Konseptual *Dropshot*

Dropshot diartikan sebagai bentuk pukulan yang meluncurkan kok ke daerah lawan sedekat mungkin pada net, bertujuan untuk menekan atau mematikan lawan dengan menempatkan satelkok sedekat mungkin ke depan net, sehingga sulit dijangkau lawan. (Subarjah, 2007, hlm. 68).

3. Definisi Konseptual Motivasi Olahraga

Menurut Purwanto (1990, hlm. 60) dalam Komarudin (2013, hlm. 21) motivasi adalah syarat mutlak untuk belajar atau biasa dilakukan sebagai suatu usaha yang disadari untuk mempengaruhi tingkah laku seseorang agar tergerak hatinya untuk bertindak melakukan sesuatu sehingga mencapai hasil atau tujuan tertentu. Berdasarkan kajian tentang motivasi tersebut, motivasi olahraga dapat diartikan sebagai dorongan yang timbul pada diri atlet yang menyebabkan atlet berpartisipasi dalam suatu aktivitas olahraga.

G. Definisi Operasional

1. Definisi Operasional Penetapan Tujuan Proses

Pada tujuan proses, berlatih keterampilan gerak dilakukan dengan cara membagi materi latihan atau keterampilan target ke dalam beberapa sub keterampilan sebagai perilaku target (Schmid & Wrisberg, 2000). Untuk keterampilan gerak *dropshot* dalam permainan bulutangkis dapat dielaborasi kedalam beberapa perilaku terget, yakni posisi siap, gerakan kearah satelkok, posisi memukul, ayunan raket kebelakang, ayunan raket kedepan, perkenaan raket dengan satelkok, gerak lanjut, dan sikap akhir. Setiap perilaku target adalah sub tujuan yang harus dicapai oleh atlet secara bertahap.

2. Definisi Operasional *Dropshot*

Tingkat penguasaan siswa menampilkan keterampilan dasar *dropshot* pada saat tes, yang diukur berdasarkan 12 kali kesempatan pukulan, semakin tinggi skor yang dicapai oleh atlet dalam tes maka semakin tinggi penguasaan keterampilan *dropshot* atlet, sebaliknya semakin rendah skor yang dicapai maka semakin rendah tingkat penguasaan keterampilan *dropshot* bermain bulutangkis atlet tersebut.

3. Definisi Operasional Motivasi Olahraga

Tingkat kekuatan dorongan internal dan eksternal untuk melakukan aktivitas olahraga yang diukur melalui skor aitem-aitem motivasi intrinsik dan ekstrinsik pada skala motivasi olahraga. Semakin tinggi skor motivasi intrinsik maka semakin rendah motivasi ekstrinsik dan sebaliknya.

H. Instrumen Penelitian

Untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan, diperlukan adanya data yang benar, cermat serta akurat karena keabsahan hasil pengujian hipotesis tergantung pada kebenaran dan ketepatan data. Sedangkan kebenaran dan ketepatan data yang diperoleh tergantung pada alat pengumpul data yang digunakan sebagai sumber data. Dalam hal ini Sugiyono (2009, hlm. 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.”

Ada dua instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu tes keterampilan dasar *dropshot* dan tes skala motivasi olahraga. Kedua instrumen tersebut di adaptasi dari Hidayat (2012, hlm. 138).

1. Instrumen Tes Keterampilan Dasar *Dropshot*

Berikut ini disajikan instrumen dan prosedur pelaksanaan tes keterampilan dasar *dropshot* yang di adaptasi dari Hidayat (2012, hlm. 138).

a. Deskripsi tes

Jenis tes keterampilan dasar memukul yang dilakukan dari atas kepala dengan gerakan forehand dan arah kok jatuh sedekat mungkin dengan net di daerah permainan lawan.

b. Tujuan tes

Mengukur ketepatan memukul keterampilan hasil belajar siswa/atlet dalam melakukan keterampilan dasar *dropshot* kearah sasaran tertentu dengan arah kok jatuh sedekat mungkin dengan net dan jatuh di daerah lawan.

c. Peralatan

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

d. Petugas pelaksanaan pengetesan

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

e. Pelaksanaan tes

- 1) Satelkok yang jatuh di area sasaranterdekat dengan net lapangan lawan diberi nilai 3,
Satelkok yang jatuh di area sasaran ke dua dekat net lapangan lawan diberi nilai 2, dan
Satelkok yang jatuh di area sasaran paling jauh dari net lapangan lawan di beri nilai 1;
- 2) Area skor : 3 = (1, 98 m), skor 2 = area (99 cm), skor 1= area (99 cm); skor 0 = apabila satelkok, jatuh di luar lapangan atau apabila satelkok, tidak memasuki area yang diberi tanda skor;
- 3) Satelkok yang tidak masuk pada ketinggian tali 40 cm di atas net tidak diberi nilai;
- 4) Satelkok yang jatuh pada bagian garis, dianggap jatuh pada bagian yang bernilai tinggi;
- 5) Penilaian skor kesempatan pertama digabungkan dengan skor kesempatan kedua.

Untuk lebih jelas dapat dilihat pada gambar 3.2 berikut :

indikator-indikator motivasi intrinsik, pembuatan kisi-kisi kemudian dikembangkan menjadi butir-butir pertanyaan beserta taraf skalanya. Penyusunan butir-butir instrument motivasi olahraga mengacu pada indikator atau dimensi kontrak yang didasarkan pada konsep-konsep teoritis mengenai motivasi olahraga yang dikembangkan oleh Decy & Ryan (2002, diadaptasi dari Hidayat, 2012).

Berdasarkan komponen motivasi olahraga yang di kemukakan oleh Decy & Ryan (2002) di atas kemudian disusun indikator-indikator untuk mempermudah membuat butir-butir pertanyaan atau pernyataan. Adapun Kisi-kisi skala motivasi olahraga tersebut bisa dilihat pada tabel 3.2 di bawah ini :

Tabel 3.2 Kisi-kisi Skala Motivasi Olahraga

Skala	Dimensi dan Indikator	Aitem	Aitem
		Uji Coba	Dibutuhkan
Motvasi Olahraga	1. Motivasi Ekstrinsik		
	a. Melakukan regulasi eksternal	6	4
	b. Melakukan regulasi injeksi	6	4
	c. Melakukan regulasi identifikasi	6	4
	d. Melakukan regulasi integrasi	6	4
	2. Motivasi Instrinsik		
	a. Mengetahui sesuatu	6	4
	b. Menguasai sesuatu	6	4
	c. Memperoleh sensasi stimulasi pengalaman	6	4
	Jumlah		42

(Sumber, Skala motivasi olahraga Decy & Ryan, 2002. Diadaptasi dari Hidayat, 2012)

a) Kriteria Pemberian Skor Pertanyaan atau Pernyataan

Setiap pertanyaan atau pernyataan disediakan tiga alternatif jawaban, yakni Setuju dengan pernyataan tersebut, tidak menentukan Setuju atau Tidak setuju, Tidak Setuju dengan pernyataan tersebut. Dalam hal ini mengenai alternatif jawaban dalam angket, penulis menggunakan model skala *Likert*. Seperti yang telah dikemukakan oleh Sugiyono (2009, hlm. 134) 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.

b) Uji Coba Skala

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 instrumen 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 motivasi olahraga terhadap penguasaan keterampilan teknik dasar *dropshot* dalam bermain bulutangkis.

Pada penelitian ini penulis melakukan uji coba angket pada 50 orang anak usia 10-12 tahun dari beberapa sekolah bulutangkis di Kota dan Kabupaten Cirebon. Angket tersebut diberikan kepada para sampel penelitian yaitu atlet yang berusia 10-12 tahun sebanyak 50 orang yang terdiri dari beberapa klub dan dalam

teknik pengisiannya penulis menunggu sampel untuk mengisi angket tersebut sesudah latihan.

I. Validitas dan Reliabilitas Instrumen *Dropshot*

Berikut adalah validitas dan reliabilitas tes keterampilan dasar *dropshot*

Tabel 3.1. Validitas dan reliabilitas tes keterampilan dasar *dropshot*

No	Jenis Tes	Validitas	Reliabilitas
1	Keterampilan dasar <i>dropshot</i>	0,74	0,90

(Sumber, Latihan keterampilan psikologis dalam belajar keterampilan gerak, Hidayat, 2004, hlm. 139)

J. Validitas dan Reliabilitas Angket Motivasi Olahraga

Untuk memperoleh kesahihan dari setiap butir soal, harus dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrument. Semua data yang terkumpul dari hasil uji coba instrumen dianalisis menggunakan dengan bantuan SPSS versi 20. Metode uji validitas instrumen 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, hlm. 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, 2006, hlm. 239).

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, hlm. 160) mengemukakan “Validitas adalah pengukuran yang menunjukkan tingkat kevaliditasan dan kesahihan suatu instrumen.” 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, hlm. 24). Semua data yang terkumpul dari hasil uji coba instrument akan dianalisis dengan menggunakan bantuan SPSS versi 20.

Setelah melakukan perhitungan dari data yang telah dikumpulkan, maka diperoleh angket valid yang dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 3.3 Data hasil uji validitas angket motivasi olahraga

Indikator	No Item	r hitung	r tabel	Validitas	Ket	Item jadi	No
Melakukan regulasi eksternal	1	-,192	0,251	Tidak Valid	Di buang		
	8	-,218	0,251	Tidak Valid	Di buang		
	15	-,351	0,251	Tidak Valid	Di buang		
	22	,213	0,251	Valid	Di ambil	22	1
	29	-,037	0,251	Tidak Valid	Di buang		
	36	,208	0,251	Tidak Valid	Di buang		
Melakukan regulasi interjeksi	2	,416	0,251	Valid	Di ambil	2	2
	9	,165	0,251	Tidak Valid	Di buang		
	16	,436	0,251	Valid	Di ambil	16	3
	23	,380	0,251	Valid	Di ambil	23	4
	30	,602	0,251	Valid	Di ambil	30	5

	37	,091	0,251	Tidak Valid	Di buang		
Melakukan regulasi identifikasi	3	-0,242	0,251	Tidak Valid	Di buang		
	10	0,202	0,251	Tidak Valid	Di buang		
	17	0,291	0,251	Valid	Di ambil	17	6
	24	0,275	0,251	Valid	Di ambil	24	7
	31	0,437	0,251	Valid	Di ambil	31	8
	38	0,551	0,251	Valid	Di ambil	38	9
Melakukan regulasi integrasi	4	0,358	0,251	Valid	Di buang		
	11	0,291	0,251	Valid	Di ambil	11	10
	18	0,524	0,251	Valid	Di ambil	18	11
	25	0,345	0,251	Valid	Di ambil	25	12
	32	0,187	0,251	Tidak Valid	Di buang		
	39	-0,17	0,251	Tidak Valid	Di buang		
Mengetahui sesuatu	5	,301	0,251	Valid	Di ambil	5	13
	12	0,692	0,251	Valid	Di ambil	12	14
	19	0,196	0,251	Tidak Valid	Di buang		
	26	0,246	0,251	Valid	Di ambil	26	15
	33	0,336	0,251	Valid	Di ambil	33	16
	40	-,229	0,251	Valid	Di buang		
Menguasai sesuatu	6	,320	0,251	Valid	Di ambil	6	17
	13	,274	0,251	Valid	Di ambil	13	18
	20	-0,224	0,251	Tidak Valid	Di buang		

	27	-0,367	0,251	Tidak Valid	Di buang		
	34	0,459	0,251	Valid	Di ambil	34	19
	41	0,499	0,251	Valid	Di ambil	41	20
Memperoleh sensasi stimulasi pengalaman	7	-0,223	0,251	Tidak Valid	Di buang		
	14	0,257	0,251	Valid	Di ambil	14	21
	21	0,175	0,251	Tidak Valid	Di buang		
	28	0,294	0,251	Valid	Di ambil	28	22
	35	0,54	0,251	Valid	Di ambil	35	23
	42	-,054	0,251	Valid	Di buang		

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, hlm. 27). Untuk batasan r tabel maka dengan $n=50$ didapat r tabel sebesar 0,235. Menurut Priyatno (2010, hlm. 27) menyatakan bahwa “jika nilai korelasi lebih dari batasan yang ditentukan maka item dianggap valid, sedang jika kurang dari batasan yang ditentukan maka item dianggap tidak valid.” Dalam hal ini nilai korelasi bisa dilihat pada kolom *Corrected Item-Total Correlation* yang terdapat pada lampiran.

2. Estimasi Reliabilitas

Setelah diuji validitas, terdapat 19 item butir soal yang tidak valid dan 23 item butir soal yang dinyatakan valid. Maka langkah selanjutnya adalah menghitung estimasi reliabilitas. Reliabilitas adalah derajat atau keajegan suatu tes atau alat pengukur, yang apabila alat pengukur itu dipergunakan hasilnya memberikan keajegan atau kemantapan (Nurhasan, 2007, hlm. 330). 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, hlm. 24). Metode yang akan digunakan dalam uji reliabilitas pada penelitian ini adalah Metode *Alpha Cronbach*. Arikunto (1996, hlm. 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 instrument tersebut reliabel dan siap digunakan dalam penelitian. Menurut (Sekaran dalam priyatno, 2010, hlm. 32) mengemukakan bahwa “reliabilitas kurang dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima dan di atas 0,8 adalah baik.”

Hasil uji reliabilitas *alfa Cronbach* butir soal instrumen dengan menggunakan bantuan *SPSS 20 for windows* adalah sebesar 0,819 dengan jumlah item soal sebanyak 42 yang ditampilkan dalam tabel 3.4. karena nilai lebih dari 0,6 maka dapat disimpulkan bahwa instrument motivasi olahraga adalah reliabel.

Tabel 3.4

Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

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

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Cronbach's Alpha	N of Items
,819	42

K. Prosedur penelitian

1. Tahap pelaksanaan, terdiri atas langkah-langkah kegiatan:
 - (1) Pelaksanaan *pre-test* atau tes awal untuk mengetahui kemampuan awal siswa sebelum diberi perlakuan.
 - (2) Pemberian perlakuan strategi penetapan tujuan terhadap kelompok eksperimen dilaksanakan satu hari setelah *pre-test* selama 16 kali pertemuan; Jadwal dan program perlakuan dapat di lihat pada lampiran;
 - (3) Pelaksanaan *post-test* atau tes akhir untuk melihat pengaruh perlakuan strategi penetapan tujuan proses terhadap hasil belajar keterampilan dasar *dropshot*. Tes akhir dilaksanakan satu hari setelah pertemuan ke-16.

2. Tahap pelaporan, terdiri atas langkah-langkah kegiatan:
 - (1) Melakukan pengolahan dan analisis data yang sudah terkumpul;
 - (2) Membuat interpretasi, membuat kesimpulan dan rekomendasi hasil penelitian;
 - (3) Menyusun naskah thesis secara lengkap.

L. Teknik 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 penetapan tujuan proses terhadap penguasaan *dropshot* dan motivasi olahraga dibandingkan dengan kelompok kontrol. Proses analisis dilakukan dengan program SPSS versi 20. Langkah-langkah yang dilakukan adalah seperti yang tertera pada halaman 56:

- (1) Membuat deskripsi statistik kedua kelompok (eksperimen dan kontrol);
- (2) Melakukan uji asumsi normalitas dan homogenitas
- (3) Melakukan uji hipotesis menggunakan uji perbedaan dua rata-rata (*T-test*).