

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara yang dipakai untuk mencapai tujuan. Dalam hal ini Sudjana dan Ibrahim (1992, hlm. 47) mengatakan bahwa “cara mencari kebenaran yang dipandang cara ilmiah adalah melalui metode penelitian”. Selain itu Sugiyono (2012, hlm. 2) mengatakan bahwa “metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah dengan tujuan dan kegunaan tertentu”. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode deskriptif. Arikunto (2010, hlm. 3) berpendapat bahwa, “istilah “deskriptif” berasal dari istilah *to describe* yang berarti memaparkan atau menggambarkan sesuatu hal, misalnya keadaan, kondisi, situasi, peristiwa, kegiatan, dan lain- lain”. Sedangkan Ali (1982, hlm. 120) menjelaskan bahwa:

Metode penelitian deskriptif digunakan untuk berupaya memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang. Dilakukan dengan menempuh langkah-langkah pengumpulan, klasifikasi, dan analisis/pengolahan data, membuat kesimpulan dan laporan; dengan tujuan utama untuk membuat penggambaran tentang suatu keadaan secara obyektif dalam suatu deskripsi situasi. Itulah sebabnya disebut dengan Metode Penelitian Deskriptif.

Berdasarkan penjelasan di atas penulis menyimpulkan bahwa penelitian deskriptif disini sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu memberikan gambaran mengenai dampak fase menstruasi terhadap kecemasan Atlet olahraga beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016.

B. Lokasi Penelitian

Pada penelitian yang berjudul Dampak Fase Menstruasi Terhadap Kecemasan Atlet Olahraga Beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016, lokasi penelitian mengenai judul tersebut dilaksanakan di masing-masing *training center* PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016, pada cabang olahraga beladiri Pencak Silat, Gulat, Tarung Derajat, Judo, Kempo, Wushu, dan Karate.

Asti Farah Pratiwi, 2017

TINGKAT KECEMASAN ATLET OLAHRAGA BELADIRI PELATDA PON XIX JAWA BARAT 2016 PADA FASE PRA-MENSTRUASI

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

Alasan memilih lokasi tersebut dikarenakan tempat berlatih semua sampel penelitian berada di *training center* PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016, sehingga lokasi yang tepat dengan Atlet dapat mempermudah proses penelitian menjadi lebih efektif dan efisien.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah seluruh objek atau subjek yang akan diteliti, sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2012, hlm. 119) bahwa “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik suatu kesimpulan.” Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah Atlet olahraga beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016 terdiri dari 5 Atlet wanita Pencak Silat, 7 Atlet wanita Gulat, 10 Atlet wanita Tarung Derajat, 6 Atlet wanita Judo, 8 Atlet wanita Kempo, 3 Atlet wanita Wushu, dan 5 Atlet wanita Karate dengan jumlah total populasi 44 Atlet olahraga beladiri, pemilihan populasi berdasarkan pada menstruasi sebagai salah satu proses alami seorang wanita yaitu proses dekuamasi atau meluruhnya dinding Rahim bagian dalam (endometrium) yang keluar melalui vagina Prawirohardjo (2008).

2. Sampel

Mengenai Sampel menurut Lutan, Berliana, dan Surnandi (2014, hlm. 80) “Sampel adalah kelompok yang digunakan dalam penelitian dimana data/informasi itu diperoleh, sedangkan populasi adalah kelompok yang lebih besar dimana hasil penelitian digeneralisaikan.”

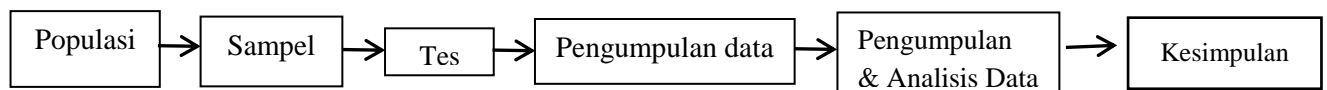
Bila sebuah populasi tergolong kedalam kategori besar maka seorang peneliti secara kasar tidak akan memaksakan mempelajari seluruh populasi yang ada, karena dibenturkan oleh beberapa keterbatasan, misalnya keterbatasan dari materi, waktu serta sumber daya manusia. Maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu dengan catatan sampel tersebut harus bersifat benar-benar mewakili dari

populasi tersebut. Teknik yang digunakan dalam mengambil sampel adalah *non-random sampling*, teknik ini merupakan proses penarikan sampel dengan tidak berdasarkan sistem randomisasi. Teknik *non-random sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling*. *Total sampling* berorientasi kepada keseluruhan jumlah populasi yang ada dan digunakan sebagai sampel penelitian. Data yang diperoleh dari populasi terdiri dari 5 Atlet wanita Pencak Silat, 7 Atlet wanita Gulat, 10 Atlet wanita Tarung Derajat, 6 Atlet wanita Judo, 8 Atlet wanita Kempo, 3 Atlet wanita Wushu, dan 5 Atlet wanita Karate dengan jumlah total sampel 44 Atlet olahraga beladiri, pemilihan sampel berdasarkan pada menstruasi sebagai salah satu proses alami seorang wanita yaitu proses dekuamasi atau meluruhnya dinding Rahim bagian dalam (endometrium) yang keluar melalui vagina Prawirohardjo (2008).

Maka semua Atlet tersebut diambil menjadi sampel dalam penelitian ini karena sesuai dengan karakteristik sampel yang diharapkan dalam penelitian ini. Sebelum populasi ditentukan untuk dipilih menjadi sampel, terlebih dahulu dilakukan observasi kepada sejumlah populasi yang didasarkan pada karakteristik sampel yang diinginkan peneliti dalam penelitian ini.

D. Langkah-langkah Penelitian

Dalam suatu penelitian terdapat prosedur agar penelitian itu berjalan sesuai dengan alur dan sistematis. adapun beberapa langkah-langkah yang akan ditempuh dalam melaksanakan penelitian mengenai dampak fase menstruasi terhadap kecemasan Atlet olahraga beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016 dapat terlihat pada gambar 1.1 sebagai berikut.



Gambar 1.1. Langkah-Langkah Penelitian Tingkat Kecemasan Atlet Olahraga Beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016 Pada Fase Pra-Menstruasi

E. Desain Penelitian

Dalam suatu penelitian diperlukan desain penelitian yang sesuai dengan tujuan dan metode penelitian. Mengenai desain penelitian Nazir (2003, hlm. 99) menjelaskan “desain dan penelitian adalah semua proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian”. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif komparatif. Adapun prosedur penelitiannya seperti pada gambar 2.1 berikut ini :



**Gambar 2.1. Desain Penelitian Paradigma Sederhana
Sugiyono (2013, hlm. 42)**

Keterangan :

- X : Pra-Menstruasi
- Y : Kecemasan

F. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan penafsiran dalam penelitian ini maka penulis menjelaskan beberapa istilah yang berhubungan dengan dampak fase menstruasi terhadap kecemasan Atlet olahraga beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016 dengan mengacu pada penjelasan para ahli sebagai berikut :

1. Menstruasi. Handayani (2012, hlm. 2) menjelaskan bahwa *pre-menstrual syndrome* yaitu suatu kumpulan gejala yang meliputi gejala fisik, mental, dan perilaku, yang terkait erat dengan siklus menstruasi pada wanita.
2. Kecemasan. Moran (2004, hlm. 67) menjelaskan “*Refers to an unpleasant emotion which is characterised by vague but persistent feelings of apprehension and dread*”. Artinya mengacu pada emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai oleh perasaan samar-samar tetapi terus menerus ketakutan dan ketakutan.
3. Dampak menstruasi terhadap kecemasan. Andri (2011) menjelaskan gejala *Premenstrual Syndrome* (PMS) lebih sedikit dan biasanya hanya

mengenai salah satu gejala afektif (perasaan) saja, beberapa gejala afektif itu adalah depresi, iritabilitas, kecemasan, kebingungan, dan penarikan diri. Sedangkan gejala fisiknya adalah payudara membesar dan sensitif, mual, sakit kepala, dan bengkak kaki.

G. Teknik dan Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Dalam suatu penelitian untuk mengukur apa yang akan kita teliti dibutuhkan alat atau instrumen penelitian untuk mendapatkan informasi atau data yang akurat. Menurut Arikunto (2010, hlm. 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.

Selanjutnya pendapat lain mengenai instrument dijelaskan oleh Sugiyono (2012, hlm. 102) mengatakan bahwa “instrumen adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati secara spesifik semua fenomena itu disebut variabel penelitian.” Dari beberapa pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian yang dimaksud adalah alat yang digunakan dalam penelitian untuk mempermudah tes dan pengukuran dalam memperoleh data yang akurat dan sistematis, sehingga hasil data yang diperoleh dapat dengan mudah disimpulkan. Untuk mengumpulkan data dari Atlet wanita olahraga beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016 maka Instrumen yang digunakan adalah berupa Angket Kecemasan.

a. Penyusunan Angket

Angket kecemasan bertujuan untuk memperoleh data dan menganalisis tingkat kecemasan pada fase pra-menstruasi. Menurut Sugiyono (2012, hlm. 142) mengatakan bahwa kuesioner atau angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada

responden untuk dijawabnya. Selanjutnya dalam penyusunan butir-butir pertanyaan angket peneliti berpedoman pada penjelasan Uma Sekaran dalam Sugiyono (2012, hlm. 142) sebagai berikut:

- 1) Isi dan tujuan pertanyaan disusun dalam skala pengukuran dan jumlah itemnya mencukupi.
- 2) Bahasa yang digunakan disesuaikan dengan kemampuan responden. Tipe dan bentuk pertanyaan dapat terbuka dan tertutup.
- 3) Pertanyaan tidak menduga sehingga tidak menyulitkan responden untuk memberi jawaban.
- 4) Tidak menanyakan yang sudah lupa atau pertanyaan yang memerlukan jawaban dengan berfikir berat.
- 5) Pertanyaan tidak menggiring ke jawaban yang baik saja atau ke yang jelek saja.
- 6) Panjang pertanyaan sehingga akan membuat jenuh responden dalam mengisi.
- 7) Urutan pertanyaan dimulai dari yang umum menuju hal yang spesifik.
- 8) Prinsip pengukuran untuk mendapatkan data yang valid dan reliable.
- 9) Penampilan fisik angket.

b. Penyusunan Angket Kecemasan

Bentuk angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup. Angket ini bersifat tertutup seperti dijelaskan oleh Arikunto (2010, hlm. 66) bahwa “angket tertutup yaitu angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberi tanda centang (√) pada kolom atau tempat yang sesuai.” Dapat disimpulkan bahwa angket tertutup adalah angket yang disusun dengan pertanyaan yang terbatas, tegas, konkrit, dan lengkap sehingga responden hanya memilih alternatif jawaban yang tersedia pada kolom tertentu.

Angket untuk mengukur tingkat kecemasan atlet menggunakan *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)*, skala HRS-A merupakan pengukuran kecemasan yang didasarkan pada munculnya *symptom* pada individu yang mengalami kecemasan. Menurut skala HRS-A terdapat 14 *syptoms* yang nampak pada individu yang mengalami kecemasan. Setiap item yang diobservasi diberi 5 tingkatan skor (skala likert) antara 0 (*Nol Present*) sampai

dengan 4 (*severe*). Menurut Hawari (2000, hlm. 78) dalam Pratiwi (2013, hlm. 37) “Untuk mengetahui sejauh mana derajat kecemasan seseorang apakah ringan, sedang, berat, atau berat sekali orang menggunakan alat ukur atau instrumen yang dikenal *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)*”. Adapun kisi-kisi untuk angket kecemasan *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)* yang dikembangkan dari definisi operasional variabel penelitian. Kisi-kisi instrumen disajikan dalam Tabel 1.1 sebagai berikut.

Tabel 1.1. Kisi-kisi Angket Kecemasan

No.	Definisi Konseptual	Aspek	Indikator	Sub-Indikator
1.	Menurut Stuart (2005) kecemasan merupakan respon psikologis terhadap suatu stresor. Respon yang dimunculkan adalah respon emosi, kebingungan, dan kekhawatiran pada sesuatu yang bakal terjadi, dengan penyebab tidak jelas. Respon yang timbul adalah perasaan tidak menentu dan ketidak berdayaan. Situasi ini tidak dapat kita hindari dalam kehidupan sehari-hari (Stuart & Laraia, 2005)	Kecemasan	1.Gejala kecemasan	➤Perasaan Cemas firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tensinggung
			2.Gejala ketegangan	➤Ketegangan merasa tegang, gelisah, gemetar, mudah terganggu dan lesu.
			3.Gejala ketakutan	➤Ketakutan terhadap gelap, terhadap orang asing, bila tinggal sendiri dan
			4.Gejala gangguan tidur	➤Gangguan tidur sukar memulai tidur, terbangun pada malam hari, tidur tidak pulas dan mimpi buruk.
			5.Gejala gangguan kecerdasan	➤Gangguan kecerdasan penurunan daya ingat, mudah lupa dan sulit konsentrasi.

			6. Gejala-gejala depresi	➤ Perasaan depresi hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hoby, sedih, perasaan tidak menyenangkan sepanjang hari.
			7. Gejala-gejala fisik otot	➤ Gejala <i>somatik</i> nyeri path otot-otot dan kaku, gertakan gigi, suara tidak stabil dan kedutan otot
			8. Gejala-gejala fisik sensorik	➤ Gejala sensorik perasaan ditusuk-tusuk, penglihatan kabur, muka merah dan pucat serta merasa lemah.
			9. Gejala-gejala kardiovaskuler	➤ Gejala kardiovaskular takikardi, nyeri di dada, denyut nadi mengeras dan detak jantung hilang sekejap.
			10. Gejala-gejala respiratori	➤ Gejala pemapasan rasa tertekan di dada, perasaan tercekik, sering menarik napas panjang dan merasa napas pendek
			11. Gejala gastrointestina	➤ Gejala <i>gastrointestinal</i> sulit menelan, obstipasi, berat badan menurun, mual dan muntah, nyeri lambung sebelum dan sesudah makan, perasaan panas di perut.

			12. Gejala-gejala fisik urogenital	➤ Gejala urogenital sering kencing, tidak dapat menahan kencing, aminorea, ereksi lemah atau impotensi.
			13. Gejala-gejala fisik autonomi	➤ Gejala vegetatif mulut kering, mudah berkeringat, muka merah, bulu roma berdiri, pusing atau sakit kepala.
			14. Perilaku sewaktu wawancara	➤ Gelisah, jari-jari gemetar, mengkerutkan dahi atau kening, muka tegang, tonus otot meningkat dan napas pendek dan cepat.

Dari Tabel 1.1 di atas, dapat dilihat bahwa subindikator telah diwakili oleh sebuah pertanyaan atau bahkan lebih. Hal tersebut dilakukan karena apabila saat instrumen telah di uji coba dan telah di uji validitasnya, jika salah satu pertanyaan dari subindikator itu tidak valid, maka akan dapat terwakili oleh pertanyaan lainnya yang masih berkaitan. Adapun kriteria penskoran terhadap jawaban responden yaitu menggunakan skala likert (*Summated Rating Scales*). Menurut Nurhasan dan Cholil (2015, hlm. 349) “skala likert disusun dari sejumlah pertanyaan-pertanyaan tentang suatu objek, sebagian dari pernyataan itu mengekspresikan sikap menyenangkan dan sebagian lagi pertanyaan-pertanyaann itu tidak menyenangkan.” Sedangkan keuntungan dari penggunaan skala likert dibandingkan dengan skala Thurstone menurut Slameto (2003, hlm. 126) adalah sebagai berikut :

Keuntungan lain dari skala likert adalah: (1) menghasilkan skala yang lebih homogen; (2) memberikan hasil yang sama dengan Thurstone; (3) memungkinkan subyek untuk menyatakan tingkat atau intensitas perasaannya; (4) memungkinkan variasi yang lebih besar.

Jadi dapat disimpulkan bahwa angket yang digunakan dalam penelitian adalah angket berjenis tertutup. Angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sesuai karakteristik dirinya dengan cara memberikan tanda centang (\surd). Angket yang digunakan menggunakan skala Likert dengan alternatif respon pertanyaan terentang antara satu sampai lima. Kelima alternatif respon tersebut diurutkan dari kemungkinan kesesuaian tertinggi sampai dengan kemungkinan kesesuaian terendah, yaitu: Tidak Pernah (TP), Jarang (J), Sering (SR), Selalu (SL). Selanjutnya kategori untuk setiap butir pertanyaan yaitu, tidak pernah = 1, jarang = 2, sering = 3, selalu = 4.

H. Limitasi Penelitian

Limitasi atau pembatasan dalam penelitian terletak pada proses penelitian. Faktor yang menjadi pembatasan dalam penelitian ini adalah. Pertama, pemilihan populasi dan sampel yaitu Atlet wanita berdasarkan pada menstruasi sebagai salah satu proses alami seorang wanita yaitu proses dekuamasi atau meluruhnya dinding Rahim bagian dalam (endometrium) yang keluar melalui vagina yang menjadi fokus penelitian ini, kedua, cabang olahraga beladiri yang memiliki karakteristik bantingan untuk mendapatkan poin dalam pertandingannya, ketiga, aspek psikologi kecemasan pada fase pra-menstruasi banyak sekali terdapat gangguan-gangguan baik dari aspek psikologis. Gangguan-gangguan menstruasi ini tentu saja dapat menyebabkan terganggunya suatu pertandingan dan prestasi puncak yang akan dicapai oleh seorang Atlet. *Premenstrual Syndrome* (PMS) lebih sedikit dan biasanya hanya mengenai salah satu gejala afektif (perasaan) saja.

Beberapa gejala afektif itu adalah depresi, iritabilitas, kecemasan, kebingungan dan penarikan diri. Hal ini berpengaruh pada signifikansinya tingkat kecemasan Atlet olahraga beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016 pada fase pra-menstruasi.

I. Uji Coba Instrumen Penilaian

Angket yang telah disusun kemudian dilakukan uji coba untuk mengukur validitas dan realibilitas dari setiap butir pernyataan. Dari hasil uji coba angket akan diperoleh sebuah angket yang memenuhi syarat dan dapat digunakan sebagai pengumpul data dalam penelitian ini. Uji coba angket tersebut diberikan kepada sampel Atlet olahraga beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016 sebanyak 10 orang.

1. Uji Validitas Instrumen

Untuk mengumpulkan data-data penelitian, penulis menggunakan alat ukur sebagai media atau pengumpul data. Kualitas data tergantung dari kualitas alat ukurnya. Apabila alat pengumpul datanya valid dan reliabel, maka data yang diperoleh dari hasil penelitiannya juga akan valid dan reliabel. Seperti yang dikemukakan oleh Nurhasan (2008, hlm. 26) tentang tes, bahwa:

Tes yang valid adalah tes yang mengukur apa yang hendak diukur. Suatu pengukuran dikatakan valid bila alat ukur atau tes benar-benar tepat untuk mengukur apa yang hendak diukur dan sesuai dengan gejala yang diukur.

Selanjutnya untuk menguji validitas alat ukur, terlebih dahulu dicari harga korelasi antara bagian-bagian dari alat ukur secara keseluruhan dengan cara mengkorelasikan setiap butir alat ukur dengan skor total yang merupakan jumlah tiap skor butir. Pengujian validitas butir item yang dilakukan dalam penelitian adalah seluruh item yang terdapat dalam angket kecemasan. Pengujian alat pengumpul data menggunakan program komputer SPSS seri 20.0 sebagai berikut :

- 1) Memasukkan data hasil uji coba instrumen pada entri SPSS 20.0.
- 2) Klik *analyze* pada menu toolbar SPSS.20.0. dan pilih *scale* kategori *reliability analysis*.

- 3) Setelah masuk pada kategori *reliability analysis*, klik bagian statistik yang berada dipojok kanan atas. Ceklis *item*, *scale* dan *scale if item selected*. Selanjutnya klik *continue*.
- 4) Masih pada kategori *reliability analysis*, pindahkan data ke kolom *item*. Selanjutnya akan muncul data.
- 5) Nilai hasil uji validitas (r hitung) dapat dilihat dari *corrected item total correlation*.
- 6) Ketentuannya, apabila nilai dari *corrected item total correlation* $<$ 0.336 maka butir pengamatan tidak valid.
- 7) Tersedia dalam lampiran

Pengujian validitas dilakukan terhadap 49 item angket kecemasan Atlet olahraga beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016 dengan jumlah subjek 10 Atlet wanita tampak bahwa hasil pengujian validitas terhadap 49 item untuk mengukur kecemasan Atlet menunjukkan bahwa 13 item dinyatakan tidak valid yakni nomor 5, 6, 9, 15, 20, 23, 25, 28, 30, 37, 40, 43, dan 45. Dengan demikian maka 13 item tersebut tidak akan disertakan dalam analisis data selanjutnya. Dengan kata lain, instrumen yang digunakan untuk analisis data variabel kecemasan Atlet olahraga beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016 terdiri dari 36 item. Adapun item pertanyaan yang dianggap valid dan tidak valid dapat dilihat pada Tabel 2.1 sebagai berikut.

Tabel 2.1. Hasil Uji Validitas Angket Kecemasan

Item	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan	Item	Corrected Item-Total Correlation	Ket.
P1	0.80	Valid	P26	0.42	Valid
P2	0.92	Valid	P27	0.93	Valid
P3	0.81	Valid	P28	0.07	Tidak Valid
P4	0.55	Valid	P29	0.67	Valid
P5	0.28	Tidak Valid	P30	0.00	Tidak Valid

P6	0.29	Tidak Valid	P31	0.79	Valid
P7	0.36	Valid	P32	0.43	Valid
P8	0.98	Valid	P33	0.40	Valid
P9	0.02	Tidak Valid	P34	0.80	Valid
P10	0.77	Valid	P35	0.85	Valid
P11	0.85	Valid	P36	0.36	Valid
P12	0.67	Valid	P37	0.13	Tidak Valid
P13	0.36	Valid	P38	0.41	Valid
P14	0.42	Valid	P39	0.97	Valid
P15	0.24	Tidak Valid	P40	0.04	Tidak Valid
P16	0.58	Valid	P41	0.81	Valid
P17	0.77	Valid	P42	0.42	Valid
P18	0.58	Valid	P43	0.20	Tidak Valid
P19	0.86	Valid	P44	0.78	Valid
P20	0.07	Tidak Valid	P45	0.30	Tidak Valid
P21	0.81	Valid	P46	0.98	Valid
P22	0.38	Valid	P47	0.69	Valid
P23	0.05	Tidak Valid	P48	0.62	Valid
P24	0.41	Valid	P49	0.80	Valid
P25	0.08	Tidak Valid			

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Setelah validitas masing-masing item diuji, selanjutnya instrumen tersebut diuji tingkat reliabilitasnya. Menurut Nurhasan (2008, hlm, 30) mengemukakan bahwa “jika alat ukur itu reliabel, maka pengukuran yang dilakukan berulang-ulang dengan memakai alat yang sama terhadap objek dan subjek yang sama maka hasilnya akan sama atau relatif tetap.”

Sedangkan menurut Arikunto (2010, hlm. 178) bahwa “realibilitas merujuk pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena

instrumen tersebut sudah baik.” Instrumen yang sudah dapat dipercaya atau reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Realibilitas instrumen merupakan derajat keajegan skor yang diperoleh oleh subjek penelitian dengan instrumen yang sama dan kondisi yang berbeda. Untuk menentukan tes yang diuji reliabel atau tidak, maka peneliti menggunakan program komputer SPSS seri 20.0 sebagai berikut :

- 1) Masukan data hasil uji coba instrumen pada entri SPSS 20.0.
- 2) Klik *analyze* pada menu toolbar SPSS dan pilih *scale* kategori *reliability analysis*.
- 3) Setelah masuk pada kategori *reliability analysis*, klik bagian statistik yang berada dipojok kanan atas. Ceklis *item*, *scale* dan *scale if item selected*. Selanjutnya klik *continue*.
- 4) Masih pada kategori *reliability analysis*, pindahkan data ke kolom *item*. Selanjutnya akan muncul data.
- 5) Tersedia dalam lampiran

Hasil perhitungan pada uji realibilitas angket kecemasan Atlet olahraga beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016 dapat dilihat pada Tabel 3.1 sebagai berikut.

Tabel 3.1. Hasil Uji Reliabilitas Angket Kecemasan

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.644	49

J. Analisis Data

Data yang dikumpulkan pada penelitian ini meliputi data angket kecemasan Atlet olahraga beladiri PELATDA PON XIX Jawa Barat 2016. Data kemudian akan dideskripsikan dengan dihitung menggunakan *mean*, standar deviasi, varian, nilai tertinggi, dan nilai terendah. Uji asumsi yang digunakan adalah normalitas dan homogenitas untuk data kecemasan yang

hendak diuji kebermaknaan beda *mean*. Uji normalitas akan menggunakan Kolmogrov Smirnov, sedangkan homogenitas menggunakan *levne's test* melalui SPSS 20.0.

Untuk memperoleh hasil akhir yaitu berupa gambaran tentang tingkat kecemasan Atlet, penulis menggunakan perhitungan dengan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{n} \times 100 \%$$

Keterangan :

- P* : Jumlah atau besarnya persentase yang dicari
f : Jumlah skor berdasarkan alternatif jawaban
n : Jumlah skor total
 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 menurut Hawari (2006, hlm. 79) yang terbagi kedalam lima kriteria. Kriteria frekwensi persentase dapat dilihat pada Tabel 4.1.

Tabel 4.1. Kriteria Frekwensi Persentase

Rentang Nilai	Kriteria
81-100%	Kecemasan Sangat Tinggi
61-80%	Kecemasan Tinggi
41-60%	Kecemasan Sedang
21-40%	Kecemasan Rendah
< 20%	Kecemasan Sangat Rendah