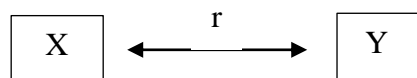


BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode korelasi. Dimana menurut (Jack R. Fraenkel, Norman E. Wallen, 2012) dalam bentuk yang paling sederhana, studi korelasional menyelidiki kemungkinan hubungan antara hanya dua variabel, meskipun penyelidikan lebih dari dua variabel adalah umum. Penelitian korelasional juga kadang-kadang disebut sebagai bentuk penelitian deskriptif karena menggambarkan hubungan yang ada antara variabel. Sebuah studi korelasional menggambarkan sejauh mana dua atau lebih variabel kuantitatif terkait, dan ia melakukannya dengan menggunakan koefisien korelasi (Jack R. Fraenkel, Norman E. Wallen, 2012). Desain penelitian yang digunakan yaitu *correlational study*. Gambar dari *correlational study* ditunjukkan sebagai berikut:



Gambar 3. 1 *Desain Penelitian Correlational Study*

Keterangan:

- X : Variabel 1 (Kecemasan)
- Y : Variabel 2 (Kepercayaan Diri)
- r : Koefisien Korelasi

Dua skor (atau lebih) diperoleh dari setiap individu dalam sampel, satu skor untuk setiap variabel. Pasangan skor kemudian dikorelasikan dengan koefisien korelasi yang dihasilkan menunjukkan tingkat hubungan antara variable. Kita tidak dapat mengatakan bahwa variabel yang diukur oleh instrumen pertama adalah penyebab dari setiap perbedaan dalam variable yang diukur dengan instrumen yang kedua, seperti yang telah disebutkan, bahwa akan ada 3 kemungkinan:

- a. Variable 1 dapat menyebabkan/mempengaruhi variable 2
- b. Variable 2 dapat menyebabkan/mempengaruhi variable 1

- c. Ada variable lain yang tidak teridentifikasi yang dapat menyebabkan variable 1 ataupun variable 2 atau keduanya.

3.2 Partisipan

Partisipan dari penelitian ini adalah atlet PPLP Jawa Barat yang bertempat di arcamanik. Selain itu penelitian ini juga dibantu oleh petugas lapangan, pelatih, pembina PPLP yang memiliki tugas membantu mempersiapkan kelangsungan penelitian. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 96 orang. Karakteristik partisipan penelitian ini yaitu golongan atlet PPLP Jawa Barat yang terdiri dari 10 cabang olahraga dengan rentang usia 13-18 tahun.

3.3 Populasi dan Sampel

Populasi adalah sekumpulan obyek, orang, atau keadaan yang menjadi perhatian peneliti dan akan digunakan oleh peneliti untuk menggeneralisasikan hasil penelitiannya (Jack R. Fraenkel, Norman E. Wallen, 2012). Populasi yang diambil dalam penelitian ini yaitu atlet PPLP Jawa Barat yang bertempat di arcamanik dengan jumlah populasi sebanyak 96 orang, dengan jumlah sampel sebanyak 85 orang yang terbagi dalam 10 cabang olahraga. Sedangkan sampel merupakan sebagian dari populasi yang akan diteliti dan yang dianggap dapat menggambarkan karakteristik populasinya (Jack R. Fraenkel, Norman E. Wallen, 2012). Berdasarkan penentuan jumlah sampel pada penelitian korelasi menurut Jack R. Fraenkel, Norman E. Wallen, (2012) menyatakan bahwa jumlah sampel pergrup pada penelitian korelasi yaitu tidak kurang dari 30 orang atau minimum 30 orang sampel. Maka dari itu dalam penelitian ini pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Adapun karakteristik sampel dalam penelitian ini merupakan atlet PPLP Jawa Barat yang berusia 13-18 tahun berjenjang pendidikan SMP dan SMA.

3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk mengumpulkan data, instrumen penelitian ini dapat berupa kuisisioner, formulir observasi, formulir-formulir lain yang berkaitan dengan pencatatan data dan sebagainya

(Notoatmodjo,2010). Peneliti menggunakan kuesioner yang sudah ada, atau dengan kata lain mengadopsi kuesioner yang sudah ada dan menyesuaikan dengan kebutuhan penelitian. Tentunya sebelum kuesioner ini digunakan, dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen terlebih dahulu. Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1) Kuesioner *Competitive State Anxiety Inventory-2* (Martens, 1990)

Kuisisioner ini terbagi kedalam 3 indikator, yaitu kecemasan kognitif, kecemasan somatik, dan kepercayaan diri. Kecemasan kognitif adalah persepsi subjektif atlet yang berkaitan erat dengan penilaian terhadap situasi kompetisi yang diikuti dengan respon somatik (Hengki Kumbara, Yogi Mitra, 2018). Bentuk kecemasan ini berupa kekhawatiran seorang atlet dalam menghadapi sebuah kompetisi, keraguan terhadap diri sendiri, merasa gugup sebelum bertanding, merasa gelisah ketika akan menghadapi pertandingan, dan merasakan ketegangan.

Kecemasan somatik merupakan persepsi gairah fisiologis seseorang (T. W. & L. Hardy, 2011). Contoh kecemasan somatik yaitu merasakan perut tegang ketika akan bertanding, Ketika dibawah tekanan merasa sesak nafas, jantung berdegup kencang, perut terasa lemas, tangan terasa lembap, dan tubuh merasa tegang. Sedangkan kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang dalam memenuhi tantangan tugas yang harus dilakukan (T. W. & L. Hardy, 2011). Contoh dari kepercayaan diri yaitu, merasa percaya diri, yakin menghadapi tantangan, yakin dengan kinerja diri sendiri, percaya diri mampu untuk mencapai tujuan, dan yakin berhasil walaupun dibawah tekanan. Pada Instrumen ini menggunakan skala likert untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok tentang penomena sosial (1. Tidak pernah, 2. Jarang, 3. Kadang-kadang, 4. Sering).

Tabel 3. 1

Komponen Kuesioner Competitive State Anxiety Inventory-2

No	Komponen	Sub-Komponen	No. pernyataan
1	Kecemasan Kognitif	Kekhawatiran Atlet dalam menghadapi sebuah kompetisi	1, 4, 7, 10, 16, 19, 22, 25
2	Kecemasan Somatik	Persepsi gairah fisiologis seseorang	2, 5, 8, 11, 17, 23, 26

Sebelum kuesioner digunakan, alangkah baiknya melakukan uji validitas dan reliabilitas pada kuesioner tersebut. Adapun hasil uji reliabilitas pada kuesioner *Competitive State Anxiety Inventory-2* ini yaitu nilai Cronbach Alpha $\alpha = 0.780$ yang berarti kuesioner tersebut reliabel, karena nilai $\alpha > 0.70$, sedangkan jumlah item validasi sebanyak 15 item.

Tabel 3. 2

Norma Tingkat Kecemasan

Rendah	Sedang	Tinggi
$X < 30$	$30 \leq X < 45$	$X \geq 45$

2) Kuesioner *Trait Sport Confidence Inventory* (Vealey's, 1986)

Kuisisioner ini terdiri dari 13 butir pertanyaan yang didalamnya membandingkan tingkat kepercayaan diri dengan atlet profesional yang diidolakan. Kuesioner ini menggunakan skala semantic deferential yang digunakan untuk mengukur sikap yang tersusun dalam garis kontinum dari sangat positif-sangat negatif.

Sebelum kuesioner digunakan, alangkah baiknya melakukan uji validitas dan reliabilitas pada kuesioner tersebut. Adapun hasil uji reliabilitas pada kuesioner *Trait Sport Confidence Inventory* ini yaitu nilai Cronbach Alpha $\alpha = 0.948$ yang berarti kuesioner tersebut reliabel, karena nilai $\alpha > 0.70$, sedangkan jumlah item validasi sebanyak 13 item.

Tabel 3. 3

Norma Tingkat Kepercayaan Diri

Rendah	Sedang	Tinggi
$X < 48$	$48 \leq X < 82$	$X \geq 82$

3.5 Prosedur Penelitian

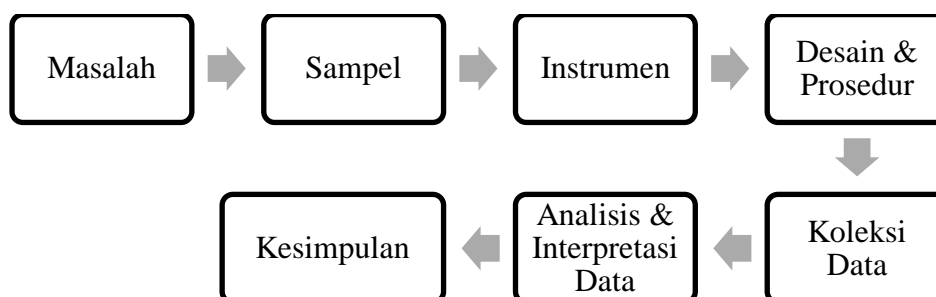
Adapun prosedur penelitian yang dilaksanakan dalam penelitian ini yaitu merujuk kepada prosedur penelitian *study correlational* dari Jack R. Fraenkel, Norman E. Wallen, (2012), dimana prosedur yang dilaksanakan yaitu sebagai berikut:

- 1) **Masalah**, langkah yang paling awal dan utama yaitu menentukan masalah penelitian. Seperti yang telah dijelaskan dalam latar belakang di BAB I bahwa permasalahan dari penelitian ini yaitu emosi remaja masih dapat dikatakan labil, mereka lebih mudah merasa tertekan karena pengaruh dari dalam maupun luar diri, sehingga hal tersebut berpengaruh terhadap kinerja atlet dalam sebuah pertandingan yang dapat menyebabkan kecemasan. Ketika kecemasan seseorang terganggu atau bermasalah, maka kepercayaan dirinya pun akan cenderung menurun. Maka dari itu penelitian ini ingin mengungkap apakah terdapat hubungan antara kecemasan dengan kepercayaan diri seseorang. Khususnya seorang atlet yang akan menghadapi sebuah pertandingan.
- 2) **Sampel**, seperti yang telah kita ketahui bahwa seorang atlet dapat mengalami kecemasan ketika sebelum bertanding karena adanya sebuah tekanan dari pelatih, penonton ataupun orangtua mereka. Oleh karena itu, populasi dalam penelitian ini yaitu seorang atlet. Kemudian sampel yang dipilih yaitu atlet PPLP Jawa Barat dengan karakteristik usia 13-18 tahun.
- 3) **Instrumen**, setelah menentukan masalah dan sampel, langkah selanjutnya yaitu menentukan instrumen yang sesuai dengan penelitian. Maka dari itu peneliti memutuskan untuk memilih kuesioner Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI) dari Martens (1990), untuk mengukur tingkat kecemasan atlet sebelum bertanding. Selain itu peneliti juga menggunakan kuesioner Trait Sport Confidence Inventory dari Vealey (1986) untuk mengukur tingkat kepercayaan diri seorang atlet. Sebelum kuesioner digunakan, kuesioner

tersebut diuji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu agar sesuai dengan kebutuhan penelitian.

- 4) **Desain & prosedur**, langkah selanjutnya yaitu menentukan desain dan prosedur. Karena penelitian ini ingin mengetahui hubungan antar kedua variabel, maka dari itu desain yang dipilih dalam penelitian ini yaitu desain studi korelasional. Sedangkan, prosedur yang dipakai dalam penelitian ini yaitu merujuk kepada prosedur penelitian studi korelasional dari Jack R. Fraenkel, Norman E. Wallen, (2012).
- 5) **Koleksi data**, sebelum melakukan koleksi data, peneliti terlebih dahulu menghubungi calon sampel untuk meminta persetujuan dan kesepakatan kedua belah pihak. Ketika sudah mencapai persetujuan, kemudian peneliti memberikan *inform concern* yaitu lembar persetujuan kesediaan menjadi sampel. Kemudian kuesioner diberikan kepada sampel untuk langkah koleksi data. Pemberian kuesioner ini menggunakan *google form* agar pengkoleksian data lebih cepat dan efektif.
- 6) **Analisis dan interpretasi data**, apabila data sudah terkoleksi atau terkumpul, langkah selanjutnya yaitu analisis data, pada penelitian ini analisis data yang digunakan yaitu analisis *spearman correlation*. Ketika data sudah dianalisis, kemudian data tersebut diinterpretasi agar hipotesis penelitian dapat terjawab.
- 7) **Kesimpulan**, setelah data diinterpretasi, selanjutnya peneliti menyimpulkan hasil penelitian tersebut secara rinci dan jelas. Merumuskan simpulan hasil analisis data akan memberikan kesimpulan penelitian yang merupakan kegiatan akhir penelitian.

Secara keseluruhan, alur yang ditempuh peneliti sejak tahap awal sampai simpulan seperti bagan berikut ini yang merupakan hasil adaptasi dari Jack R. Fraenkel, Norman E. Wallen, (2012):



Gambar 3. 2 Langkah-langkah Penelitian

3.6 Analisis Data

Untuk menguji hubungan antara kedua variabel, maka data di analisis menggunakan *spearman correlation* yang dibantu dengan menggunakan program *Statistical Product For Social Science* (SPSS) seri 23. Dalam pengolahan data menggunakan uji asumsi statistik untuk menjawab rumusan masalah penelitian.

1) Analisis Deskriptif

Analisi Deskriptif adalah analisis yang dilakukan untuk menilai karakteristik dari sebuah data, antara lain: nilai mean, median, standar deviasi, dll. Sedangkan menurut (Dodge Y, 2006) statistik deskriptif adalah metode-metode yang berkaitan dengan pengumpulan dan penyajian suatu gugus data sehingga menaksir kualitas data berupa jenis variabel, ringkasan statistik (mean, median, modus, standar deviasi, dll), distribusi, dan representasi bergambar (grafik), tanpa rumus probabilitistik apapun.

2) Uji Normalitas

Uji normalitas adalah sebuah uji yang dilakukan dengan tujuan untuk menilai sebaran data pada sebuah kelompok data atau variabel, apakah sebaran data tersebut berdistribusi normal ataukah tidak. Uji normalitas berguna untuk menentukan data yang telah dikumpulkan berdistribusi normal atau diambil dari populasi normal. Untuk mengetahui data tersebut normal atau tidak dapat dilihat dari nilai signifikan, jika nilai sig > 0.05 maka data tersebut berdistribusi normal. Begitupun sebaliknya apabila nilai sig < 0.05 maka data tidak berdistribusi normal.

3) *Spearman Correlation*

Spearman correlation adalah satu ukuran korelasi yang digunakan untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan linier dari dua variabel. Dua variabel dikatakan berkorelasi apabila perubahan salah satu variabel disertai dengan perubahan variabel lainnya, baik dalam arah yang sama ataupun arah yang sebaliknya. Untuk menentukan terdapat hubungan atau tidaknya pada kedua variabel dapat dilihat dari uji kebermaknaan berikut ini:

- (1) Jika nilai sig. atau P-value $> 0,05$ maka dinyatakan tidak terdapat hubungan antar kedua variabel.

- (2) Jika nilai sig. atau P-value $< 0,05$ maka dinyatakan terdapat hubungan antar kedua variabel.

Untuk membaca hasil analisis data *spearman correlation* tidak hanya dilihat dari nilai signifikannya saja, akan tetapi dilihat dari arah hubungan variabel tersebut. Jika hubungan kedua variabel tersebut positif artinya hubungan kedua variabel tersebut searah atau jika variabel 1 nilainya tinggi, maka variabel 2 juga nilainya tinggi. Kemudian apabila hubungan kedua variabel tersebut negatif, artinya hubungan kedua variabel tersebut terbalik. Dalam hal lain apabila nilai variabel 1 tinggi maka nilai variabel 2 rendah begitupun sebaliknya. Jika dari hasil analisis data terdapat hubungan, maka langkah selanjutnya yaitu melakukan uji regresi untuk menghitung nilai estimasi rata-rata dan nilai variabel terikat berdasarkan pada nilai variabel bebas.