

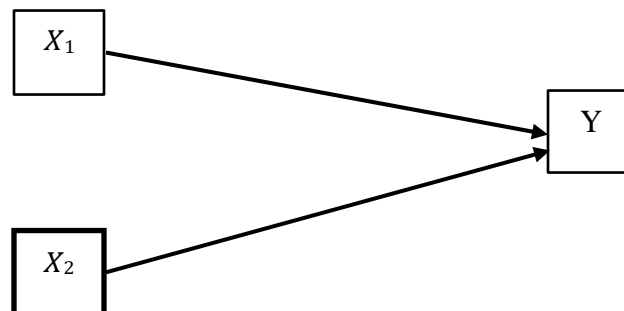
## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif pendekatan kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif berkaitan dengan pengkuantifikasian dan analisis variabel untuk mendapatkan hasil (Apuke, 2017). Ini melibatkan pemanfaatan dan analisis data numerik menggunakan teknik statistik khusus untuk menjawab pertanyaan seperti siapa, berapa, apa, di mana, kapan, berapa, dan bagaimana. Penelitian ini nantinya akan menghasilkan angka-angka yang di olah dengan statistik. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket dengan skala likert. Dari penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kontribusi tingkat percaya diri dan tingkat kecemasan terhadap tendangan penalti dalam permainan futsal.

Desain penelitian merupakan rancangan-rancangan tentang cara menganalisis data agar dapat dilaksanakan secara ekonomis sesuai dengan tujuan penelitian. Desain penelitian diperlukan untuk memperjelas pelaksanaan dalam penelitian. Perhatikan Gambar 2.3.



Gambar 2.1 Desain Penelitian (Sugiono, 2014)

Keterangan :

Y = Tendangan Penalti (variabel terikat )

X<sub>1</sub> = Tingkat Percaya diri ( variabel bebas )

X<sub>2</sub> = Tingkat kecemasan ( variabel bebas )

### 3.2 Partisipan

Dalam penelitian ini peneliti melibatkan partisipan yang berjumlah 15 orang yang berasal dari ekstrakurikuler futsal SMK Bakti Nusantara 666, dikarenakan membutuhkan subjek yang memiliki dasar bermain futsal yang baik.

### 3.3 Populasi dan Sampel

Populasi merupakan elemen penting dalam sebuah penelitian. Menurut (Ross, 2017) koleksi total dari semua elemen yang kita minati disebut populasi. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK Bakti Nusantara 666 yang aktif mengikuti ekstrakurikuler futsal sebanyak 30 siswa. Kemudian penulis lebih tertarik untuk meneliti pemain yang masih berada di level amatir, pada jenjang usia 16-20 tahun, karena untuk kelompok pemain amatir atau di usia itu, tingkat percaya diri dan tingkat kecemasannya masih labil ketika dihadapkan pada situasi di bawah tekanan pada pertandingan yang sebenarnya ketika mengeksekusi penalti. Karena banyak keterbatasan dalam melakukan penelitian, maka akan diambil sampel dari keseluruhan populasi.

#### 3.4.1 Teknik Sampling

Pada penelitian ini menggunakan teknik sampling *proportional random sampling*, teknik ini digunakan karena populasi mempunyai anggota yang tidak homogen, dalam penelitian berbeda jumlah anggota dari masing-masing sub. Sampel haruslah sebesar-besarnya, ini mengasumsikan bahwa semakin banyak sampel yang diambil maka akan semakin representatif dan hasilnya dapat digeneralisir. Namun ukuran sampel yang diterima akan sangat bergantung pada jenis penelitiannya (Scharfstein & Gaurf, 2013).

1. Jika penelitiannya bersifat deskriptif, maka sampel minimumnya adalah 10% dari populasi
2. Jika penelitiannya korelasional, sampel minimumnya adalah 30 subjek
3. Apabila penelitian kausal perbandingan, sampelnya sebanyak 30 subjek per group

4. Apabila penelitian eksperimental, sampel minimumnya adalah 15 subjek pergroup

### 3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan, mengukur, dan menganalisis data yang terkait dengan penelitian. Pada penelitian kali ini instrumen yang digunakan adalah angket dengan skala likert hasil adaptasi. Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang berupa pernyataan atau pertanyaan (Schmidt et al., 2009). Instrumen penelitian dijelaskan dalam tabel sebagai berikut :

#### 3.4.1 Angket Tingkat Percaya Diri

Proses alat ukur kepercayaan diri atlet yaitu termasuk dua tahap (1) ambil butir-butir (item pool), dan (2) pemilihan butir-butir (penyaringan item pool) dengan metode Q-sort. Berdasarkan pemurnian, pengujian validitas dan reliabilitas, serta analisis faktor dapat disimpulkan bahwa dari kumpulan item potensial yang dirancang untuk mengukur kepercayaan diri atlet, hanya 38 item yang tersebar di lima faktor berbeda yang dapat digunakan. Item tersebut terbukti memiliki validitas dan reliabilitas yang baik. Mengingat pentingnya memiliki banyak dimensi untuk membedakan aspek kepercayaan diri yang berbeda, skala ini direncanakan berdasarkan lima dimensi kepercayaan diri khusus untuk atlet futsal, yaitu optimis, mandiri, sportif, tidak mengkhawatirkan, dan mudah beradaptasi. Hasil penelitian bahwa skala kepercayaan diri atlet futsal yang terdiri atas lima faktor dan 38 butir pernyataan merupakan alat ukur yang valid dan memiliki tingkat kesahihan yang tinggi dengan indeks 0,614 dan reliabel yang memiliki tingkat keterandalan yang tinggi dengan indeks 0,872 yang dapat digunakan untuk mengukur kepercayaan diri atlet futsal. Berikut adalah kisi-kisi instrument Tingkat Percaya diri pada Tabel 3.1.

**Tabel 3.1**  
**Kisi-kisi Angket Tingkat Kepercayaan Diri**

*Self-Confidence Measurement Scale for Futsal Athletes* (Amir, 2015)

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Ragu-Ragu	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1	Saya percaya dengan kemampuan saya sendiri					
2	saya bisa melakukan tugas-tugas saya					
3	Saya tidak mudah menyerah					
4	saya bisa membuat keputusan					
5	Saya memiliki harapan / ekspektasi yang baik					
6	Saya selalu percaya diri					
7	Saya selalu mencoba yang terbaik					
8	saya memiliki keyakinan					
9	Saya selalu antusias					
10	saya bertekad menyelesaikan tugas dengan baik					

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Ragu-Ragu	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
11	Saya melakukan sesuatu dengan kemampuan saya sendiri					
12	saya mencoba melakukan sesuatu sendiri					
13	Saya mengikuti keinginan saya sendiri					
14	Saya tidak bergantung pada orang lain yang saya latih					
15	dalam kondisi apa pun Saya tetap semangat					
16	Saya tetap semangat					
17	Saya bisa menyelesaikan masalah					
18	Saya mengakui kesalahan saya					
19	Saya tidak menyalahkan orang lain atas kesalahan saya					

20	Saya meminta maaf atas kesalahan saya					
----	--	--	--	--	--	--

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Ragu-Ragu	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
21	Saya terbuka untuk saran					
22	Saya menerima resiko					
23	Saya bermain adil selama pertandingan					
24	Saya menerima keputusan					
25	Saya tidak meremehkan lawan saya					
26	Saya menerima kekalahan					
27	Saya bisa menyuarkan pendapat saya					
28	Saya berani mengikuti turnamen					
29	Saya tidak takut dengan pertandingan					
30	Saya tidak takut dengan penampilan lawan saya					
31	Saya tangguh secara mental					

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Ragu-Ragu	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
32	Saya tidak terintimidasi oleh lawan saya					
33	saya gigih					
34	saya ramah					
35	Saya tidak merasa canggung dalam situasi sosial					
36	Saya bisa menyesuaikan diri					
37	saya tidak gugup					
38	Saya mudah bergaul					

*Kunci Skor. Optimistic: Item 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 Independent: Item 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17 Sportsman-like: item 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26 Not Worrisome: Item 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33. Self-Adaptable: item 34, 35, 36, 37, 38*

### 3.4.2 Angket Tingkat Kecemasan

Di samping itu, untuk memberi para peneliti ukuran multidimensi yang andal dan valid dari kecemasan performa olahraga yang akan mencerminkan struktur faktor *Sport Anxiety Scale* asli, maka mengukur dimensinya dengan lebih tepat. Ukuran seperti itu akan memungkinkan peneliti untuk mengukur perbedaan individu dalam kecemasan somatik, kekhawatiran, dan gangguan konsentrasi. Maka dari itu, ntuk mengukur tingkat kecemasan pemain yaitu menggunakan *Sport Anxiety Scale-2*. Konsistensi internal dan analisis reliabilitas tes-tes ulang dilakukan untuk akhir 15-item SAS-2. Cronbach's alpha berfungsi sebagai ukuran konsistensi internal, dinilai dalam



sampel total 1.038 anak. Untuk skor total berdasarkan semua 15 item. Tabel 3.2 Sarana dan Penyimpangan Standar Skor SAS-2 untuk Kelompok Usia Anak dan Perguruan Tinggi.

**Tabel 3.2**

Skala SAS-2	9–10 tahun <sup>a</sup>	11-12 tahun <sup>b</sup>	13–14 tahun <sup>c</sup>	Perguruan tinggi <sup>d</sup>
Kecemasan Somatik	8.29 (3.14)	7.70 (2.80)	8.34 (3.36)	9.78 (3.61)
Khawatir	9.05 (3.53)	9.37 (3.54)	10.50 (3.75)	12.12 (3.85)
Konsentrasi Gangguan	7.54 (2.71)	6.82 (2.28)	7.29 (2.88)	6.93 (2.37)
Skor total	24.88 (8.14)	23.88 (7.14)	26.14 (8.40)	28.83 (8.05)

Reliabilitas test-retest dinilai dalam sampel dari 21 pemain skateboard yang berusia antara 10 sampai 18 tahun ( $M = 12,6$  tahun,  $SD = 1.75$ ). Para atlet di tes ulang 1 minggu setelah pemberian awal. Koefisien tes ulang adalah 0,76 untuk *Somatic*, 0,90 untuk *Worry*, 0,85 untuk *Concentration Disruption*, dan 0,87 untuk skor total, menunjukkan stabilitas pengukuran yang dapat diterima.

Karena tujuan utama dari pekerjaan kami adalah untuk mengembangkan skala multidimensi yang akan berlaku untuk sampel anak, kami berfokus terutama pada validitas skala dalam populasi ini. Dalam berbagai subkelompok pemuda berusia 9 hingga 14 tahun, kami memperoleh ukuran tujuan terkait pencapaian, iklim motivasi yang diprakarsai oleh pelatih, harga diri, dan keinginan sosial, yang semuanya telah terbukti terkait dengan kecemasan di masa lalu. penelitian. Hubungan dengan orientasi tujuan dinilai dalam sampel 189 pemain bola basket pria dan wanita dengan rentang usia 10 hingga 14 tahun ( $M = 11,52$  tahun,  $SD = 1.65$ ). Hubungan dengan iklim motivasi, harga diri, dan keinginan sosial diukur dalam sampel 572 atlet yang diambil dari program komunitas dan kamp olahraga ( $M = 11,27$  tahun,  $SD = 2.14$ ). Kami juga menilai validitas prediktif SAS-2 dengan menghubungkannya dengan reaksi

kecemasan negara dalam situasi kompetitif di masa depan. Akhirnya, kami menilai sensitivitas skala terhadap intervensi yang telah terbukti menurunkan kecemasan sifat anak-anak. Adapun skala *Sport Anxiety Scale-2* tersebut pada Tabel 3.3.

**Tabel 3.3**  
***Sport Anxiety Scale-2***  
*(Smith et al., 2006)*

Sebelum atau saat saya bertanding dalam olahraga:		Sangat Setuju	Setuju	Ragu-Ragu	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1	Sulit untuk berkonsentrasi pada permainan					
2	Tubuhku terasa tegang					
3	Saya khawatir saya tidak akan bermain bagus					
4	Sulit bagi saya untuk fokus pada apa yang seharusnya saya lakukan					
5	Saya khawatir saya akan mengecewakan orang lain.					
6	Saya merasa tegang di perut saya					
7	Saya kehilangan fokus pada permainan					
8	Saya khawatir saya tidak akan bermain sebaik mungkin					
9	Saya khawatir saya akan bermain buruk					

10	Otot saya gemetar					
<b>Sebelum atau saat saya bertanding dalam olahraga:</b>		<b>Sangat Setuju</b>	<b>Setuju</b>	<b>Ragu-Ragu</b>	<b>Tidak Setuju</b>	<b>Sangat Tidak Setuju</b>
11	Saya khawatir saya akan mengacau selama pertandingan					
12	Perutku mual					
13	Saya tidak bisa berpikir jernih selama pertandingan					
14	Otot saya terasa tegang karena saya gugup					
15	Saya mengalami kesulitan untuk fokus pada apa yang pelatih saya suruh					

*Kunci Skor. Somatik: Item 2, 6, 10, 12, 14; Khawatir: Item 3, 5, 8, 9, 11; Konsentrasi Gangguan: Item 1, 4, 7, 13, 15.*

Dalam alternatif jawaban setiap butir pernyataan angket diberikan bobot skor dengan menggunakan skala sikap Likert yang tertera pada Tabel 3.3.

**Tabel 3.2**  
**Kriteria Pemberian Skor**

*(Smith et al., 2006)*

No	Alternatif Jawaban	Skor Alternatif jawaban	
		Positif	Negatif
1	Sangat Setuju (SS)	5	1
2	Setuju (S)	4	2
3	Ragu-ragu (R)	3	3
4	Tidak Setuju (TS)	2	4
5	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Pertimbangan penulis menggunakan Skala Sikap Likert:

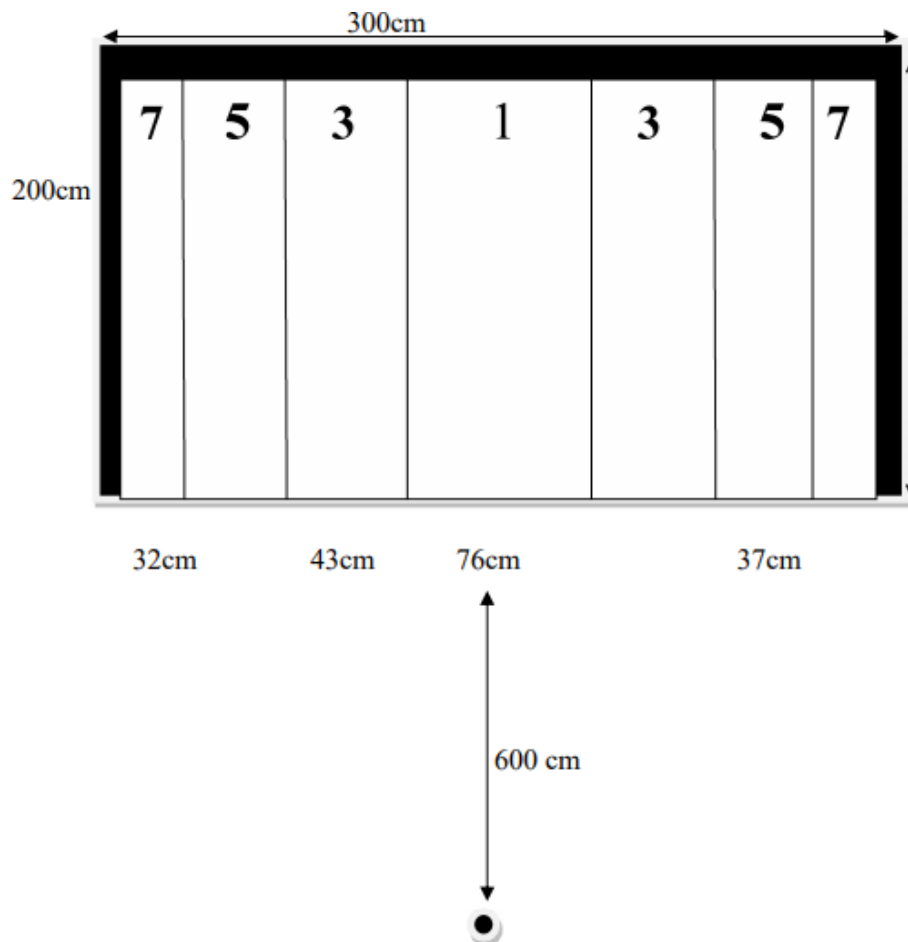
- a. Caranya sederhana.
- b. Skala Sikap Likert dapat memberikan informasi dengan jelas mengenai tingkat persetujuan responden.

### 3.4.3 Tes Tendangan Penalti

Selanjutnya untuk mengukur tendangan penalti. Kebutuhan data penelitian yang akan dilaksanakan menggunakan pedoman tes untuk mengukur kemampuan dan pengaruh hasil tendangan, tes ini mengadopsi dari Asep Sumpena (2011: 61-63), dengan nilai validitas teknik tendangan menggunakan punggung kaki 0,64 dan nilai reabilitasnya 0,15. Nilai validitas teknik tendangan menggunakan ujung kaki 0,67 dan nilai realibilitas 0,57. Adapun tes yang akan digunakan untuk mengukur keakuratan tendangan penalti futsal menggunakan punggung dan ujung kaki adalah sebagai berikut:

Tes menendang bola menggunakan teknik menendang dengan punggung kaki dan teknik ujung kaki :

- 1) Tujuan: mengukur keakuratan hasil tendangan menggunakan punggung kaki dan ujung kaki.
- 2) Alat yang digunakan:
  - a) Lapangan futsal
  - b) Gawang futsal
  - c) Rajut gawang
  - d) Bola futsal
  - e) Tali
  - f) Nomor skor



Gambar 3.1 *Lapangan/gawang untuk Tes*

(sumber: Asep Sumpena, 2011: 61-63)

**Petunjuk Pelaksanaan:**

- 1) Pemain berdiri 3 meter dibelakang titik penalti yang berjarak 6 meter dari sasaran atau gawang dengan posisi kaki kanan atau kiri siap menendang sesuai dengan kebiasaan pemain.
- 2) Tidak ada aba-aba dari tester, tester hanya menjadi pengamat sah atau tidaknya teknik tendangan, pemain menendang bola menggunakan punggung kaki dan ujung kaki, selain menggunakan teknik tersebut dianggap tidak sah.
- 3) Pelaksanaan diawali dengan menendang menggunakan punggung kaki dan

dilanjutkan menggunakan ujung kaki.

4) Pemain diberikan 3 kali kesempatan

**Pelaksanaan dinyatakan tidak sah :**

- 1) Bola keluar dari daerah sasaran.
- 2) Jarak tendang kurang dari 6 meter.
- 3) Melakukan tendangan bukan dengan punggung dan ujung kaki.
- 4) Tidak melakukan sesuai petunjuk pelaksanaan.

**Skor :**

- 1) Jumlah skor pada sasaran 3 kali kesempatan.
- 2) Bila bola hasil tendangan mengenai tali pemisah skor pada sasaran, maka diambil skor yang terbesar.

### **3.6 Validasi Angket**

Uji validitas merupakan salah satu usaha penting yang harus dilakukan dalam sebuah penelitian, untuk mengetahui kevalidan dari sebuah instrumen. Valid menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur mampu mengukur apa yang ingin diukur. Uji Validasi angket pada penelitian ini menggunakan rumus *produc moment*.

### **3.7 Reliabelitas Angket**

Reliabelitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan dalam sebuah penelitian, dikarenakan instrumen sudah dianggap baik. Pengujian reliabelitas menggunakan rumus alpha Cronbach dengan syarat data yang digunakan merupakan berupa angket atau soal uraian.

### **3.8 Prosedur Penelitian**

Untuk mengetahui gambaran langkah kerja, peneliti akan menjelaskan mengenai prosedur penelitian. Dibawah ini ialah bentuk prosedur penelitian untuk mempermudah peneliti dalam memulai tahapan penelitian.

Prosedur penelitian merupakan langkah-langkah yang harus dilewati oleh

peneliti dalam pelaksanaan penelitian, bisa juga disebut sebagai persyaratan pelaksanaan penelitian. Proses penelitian dan adapun jenis penelitian pasti berangkat dari sebuah kesenjangan atau masalah. Kesenjangan tersebut terjadi karena adanya perbedaan antara kondisi sekarang dengan kondisi yang diharapkan. Berangkat dari permasalahan yang terjadi maka penelitian dilaksanakan untuk menemukan solusi yang tepa atas permasalahan yang terjadi. Prosedur penelitian dibagi dalam 3 tahap yaitu sebagai berikut :

#### 1.8.1 Tahapan 1 (Pendahuluan)

Tahapan ini berisikan tentang rancangan awal penelitian, seperti menentukan tujuan penelitian yang sudah penelitian, dilanjutkan dengan menyiapkan instrument penelitian dan menguji ke valid an ke ajegan dari instrumen tersebut sebelum digunakan sebagai alat ukur pada sampel.

#### 1.8.2 Tahapan II ( Pelaksanaan dan Pengolahan Data )

Pelaksanaan penelitian yaitu dengan cara membagikan angket pada sampel (Siswa ekstrakurikuler Futsal SMK Bakti Nusantara 666), hasil jawaban angket yang didapat lalu lanjut di analisis dan diolah dengan analisis deskriptif dengan bantuan software SPSS dan Microsoft excel.

#### 1.8.3 Tahapan III ( Tahap Akhir )

Tahap akhir dari penelitian ini adalah menyusun laporan penelitian, laporan disusun mulai dari pernyataan-pernyataan penelitian hingga kesimpulan akhir menjawab pertanyaan penelitian tersebut.

### **3.9 Teknik Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket yang berisi pernyataan yang relevan dengan maksud tujuan penelitian. Butir pernyataan dari setiap nomor dalam angket disusun secara lazim dan berdasarkan logika. Prosedur pengumpulan data ini dengan cara peneliti membagikan e-questioner secara personal kepada sampel yang bersangkutan, dan menunggu hasil angket yang di isi oleh para pemain. Sebelum meminta responden mengisi angket dan terlibat dalam penelitian ini,



peneliti meminta izin dan kesanggupan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

### 3.10 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan untuk menjawab pertanyaan dari penelitian yang bersifat kuantitatif yang berwujud angka dan hasil-hasil perhitungan menggunakan analisis deskriptif dan persentase yang akan menghasilkan sebuah persentase yang dapat menjawab pertanyaan penelitian. Untuk validasi dilakukan dengan bantuan software *SPSS* versi 25. Reliabelitas instrumen menggunakan rumus Croanbach alpha selanjutnya analisis yang digunakan untuk mengolah data yang di dapat dengan teknik analisis deskriptif. Analisis data deskriptif yang akan disajikan berbentuk tabel, grafik secara sistematis, dan akurat.

#### 3.10.1 Analisis Deskriptif

3.10.1.1 Mencari Nilai Rata-Rata ( $\bar{X}$ ) dari setiap kelompok

3.10.1.2 Mencari Simpangan Baku (S)

Simpangan baku (standar deviation) adalah suatu nilai yang menunjukkan tingkat (derajat) variasi kelompok atau ukuran standar penyimpangan reratanya.

#### 3.10.2 Uji Asumsi

3.10.2.1 Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji untuk mengukur apakah data kita memiliki distribusi normal sehingga dapat dipakai dalam statistic parametrik. Untuk mengetahui apakah data dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak maka dilakukan pengujian dengan pendekatan Kolmogorow-Smirnov.

3.10.2.2 Uji Homogenitas

Uji homogenitas atau *homogeneity of variance* adalah pengujian yang dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian dari dua buah distribusi data atau lebih memiliki variansi-variansi yang sama atau tidak. " Homogenitas varians menunjukkan varians pada setiap populasi akan sama " (Jackson, 2009, hlm 234). Hal ini jelas bahwa tujuan uji homogenitas ini adalah untuk menunjukkan bahwa sampel yang diambil berasal dari populasi dengan variansi yang sama.

3.10.3 Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan *Paired Sample t-Test*. Menurut Darajat & Abduljabar (2014, hlm 148) bahwa uji ini dilakukan jika ingin menganalisis terhadap dua data yang berpasangan artinya ada dua kelompok data yang dimiliki oleh dua subjek yang sama.