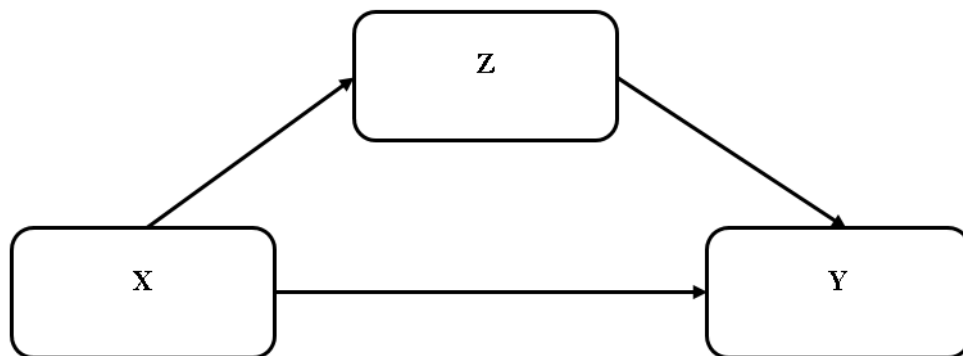


BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Dalam menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif ini peneliti bertujuan untuk menggambarkan secara nyata fenomena yang terjadi dalam melakukan penelitian tersebut. Serta dalam penelitian ini menggunakan angka, mulai dari pengambilan data sampai memaparkan hasil penelitian yang diperoleh. Adapun gambar dalam metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif :



Gambar 3. 1 *Desain Penelitian Deskriptif Kuantitatif*

Keterangan :

X : *Self Talk*

Y : Performa Atlet

Z : Gender

3.2 Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 33 partisipan yang terdiri dari 16 orang atlet laki – laki dan 15 orang atlet perempuan, pengambil data beserta penganalisis data sebanyak 2 orang. Partisipan dipilih atas dasar kemampuan dan bidang ilmu yang dikuasai.

3.3 Populasi dan Sampel

Populasi adalah kelompok atau objek yang akan diteliti. Populasi merupakan kelompok yang peneliti inginkan hasil penelitiannya digeneralisasikan itu

Vira Widiani, 2022

PERBEDAAN PENGGUNAAN SELF TALK BERDASARKAN GENDER TERHADAP PERFORMA SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL

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

mencakup semua individu dengan karakteristik tertentu tertentu(Wallen, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah atlet yang merupakan anggota dari ekstrakurikuler futsal di MAN 1 SUKABUMI . Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut sampel yang diambil dari populasi tersebut harus betul – betul *representative* atau mewakili populasi yang diteliti(Sugiyono, 2013). Teknik sampling yang digunakan yaitu *total sampling*. Total sampling adalah seluruh unit populasi yang diambil sebagai unit sampel(Eddy Roflin, Iche Adriyani Liberty, 2021). Maka dari itu sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 31 orang dari jumlah keseluruhan populasi yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MAN 1 Sukabumi. Jumlah sampel menyesuaikan dengan jumlah kehadiran dari anggota ekstrakurikuler futsal pada saat pengambilan data.

3.4 Instrumen Penelitian

Menurut (Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, 2012) *instrument* merupakan perangkat apa saja untuk mengumpulkan data secara sistematis seperti tes, kuisisioner/angket, atau jadwal wawancara. Instrumen dalam penelitian menggunakan kuisisioner dan observasi. Penggunaan kuisisioner dalam penelitian ini karena peneliti ingin mengetahui bagaimana perbedaan dalam penggunaan self talk berdasarkan gender terhadap performa atlet,dengan kejujuran pada diri atlet itu sendiri dan lebih mudah digunakan baik itu oleh sampel maupun peneliti. Observasi digunakan karena peneliti akan mengamati bagaimana performa dari setiap gender dari penggunaan *self talk* tersebut. Peneliti menggunakan kuisisioner dan penilaian yang sudah ada, peneliti hanya menyesuaikan saja pertanyaan kuisisioner dan penilaian observasi yang diperlukan dalam penelitian ini. Peneliti menggunakan satu instrument penelitian kuisisioner dan satu instrument penilaian keterampilan atlet sebagai berikut.

1) *Automatic Self-Talk Questionnaire for Sports (ASTQS)*

Automatic Self-Talk Questionnaire for Sports merupakan instrument yang dikembangkan oleh (Zourbanos et al., 2009) untuk mendeteksi dan mengukur struktur yang mendasari self talk atlet. Instrument tersebut terdiri dari 40 pernyataan serta dua kategori dan 8 kriteria dalam menggambarkan *self talk* . Dua kategori yang dimaksud diartikan sebagai *self talk* positif dan *self talk* negative

Penilaian instrument *automatic self talk questionnaire for sports* menggunakan skala likert. Skala likert adalah suatu skala psikometrik yang umum digunakan dalam kuesioner, dan skala ini paling banyak digunakan dalam riset berupa survei (Maryuliana, Subroto, & Haviana, 2016).

2) *Game Performance Assessment Instrument (GPAI)*

Performa dalam olahraga tentunya sebagai penentu kemenangan setiap atlet. Namun untuk lebih memahami performa itu sudah optimal atau tidak, diperlukan instrumen dengan tingkat pengukuran yang baik. *Game Performance Assessment Instrument (GPAI)* adalah sistem multidimensi yang dirancang untuk mengukur perilaku kinerja game yang menunjukkan pemahaman taktis, serta kemampuan pemain untuk memecahkan masalah taktis dengan memilih dan menerapkan keterampilan yang sesuai (Oslin, Mitchell, & Griffin, 1998). Instrumen dilakukan dengan mengamati melalui format pencatatan kejadian sederhana (Hamidi, Hanif, & Asmawi, 2019).

Penilaian ini terdiri dari tujuh komponen yaitu *Base, Adjust, Decisions made, Skill execution, Support, Cover, dan Guardmark*. Akan tetapi tidak semua komponen itu digunakan dalam sebuah penelitian, pemakaian komponen tersebut tergantung dengan kebutuhan cabang olahraga misalnya dalam jenis olahraga tim atau individu atau dalam permainan tim atau individu. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan tiga komponen dari tujuh komponen dalam instrument ini. Tiga komponen tersebut yaitu *Decisions made, Skill execution dan Support*. Masing – masing komponen terdiri dari tiga kriteria penilaian. Untuk menghitung jumlah total skor dari masing masing kategori menggunakan persamaan sebagai berikut (Memmert & Harvey, 2008)

:

$$DMI = E/(E + IE)$$

$$SEI = A/(A + IA)$$

$$SI = A/(A + IA)$$

$$GI = EDM + IEDM + ASE + IASE + ASI + IASI$$

3.5 Prosedur Penelitian

Prosedur pelaksanaan dalam penelitian ini dari persiapan awal sampai dengan laporan akhir sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah yang berlaku. Dalam

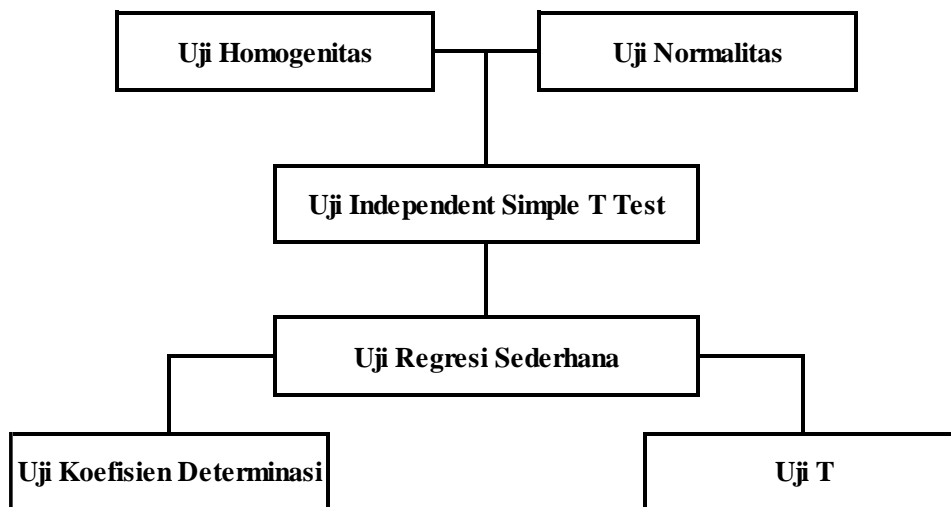
penelitian ini, peneliti mengambil data secara langsung dengan menggunakan instrument penelitian *Automatic Self-Talk Questionnaire for Sports (ASTQS)* dan *Game Performance Assessment Instrument (GPAI)*. Menurut (Musfiirah, Burhan, Afifah, & Sari, 2022) prosedur penelitian kuantitatif yaitu masalah, rumusan masalah, hipotesis, metode penelitian, menyusun instrumen penelitian, mengumpulkan dan menganalisis data serta kesimpulan. Dalam penelitian ini langkah – langkah untuk mengumpulkan atau pengambilan data sebagai berikut :

- 1) Peneliti mengumpulkan sampel di lapangan MAN 1 Sukabumi untuk diberi arahan bagaimana prosedur penelitian dilaksanakan dan diberikan penjelasan mengenai self talk.
- 2) Setelah diberikan penjelasan peneliti membagi sampel menjadi 2 tim untuk dipertandingkan.
- 3) Sebelum pertandingan dimulai peneliti menyiapkan kamera untuk merekam permainan sampel selama bertanding.
- 4) Pertandingan dilakukan dalam waktu 2 x 20 menit plus waktu istirahat perbabak 10 menit.
- 5) Setelah melakukan pertandingan, peneliti mengumpulkan kembali sampel di lapangan MAN 1 Sukabumi dan menanyakan kembali apakah sebelum pertandingan dan saat pertandingan melakukan self talk atau tidak.
- 6) Setelah sampel dirasa melakukan self talk pada sebelum dan saat pertandingan, peneliti menginstruksikan sampel untuk mengisi kuesioner.
- 7) Dalam pengisian kuesioner sampel mengisi dengan jujur tanpa ada paksaan dari pihak manapun.
- 8) Sampel diberikan kuesioner yaitu *Automatic Self-Talk Questionnaire for Sports (ASTQS)*. Pengisian kuesioner dilaksanakan dengan menggunakan aplikasi google form yang telah didibagikan terlebih dahulu kepada coordinator sampel penelitian.
- 9) Setiap sampel mengisi kuesioner yang telah diberikan berupa identitas diri dan pernyataan - pernyataan dalam kuesioner tersebut.
- 10) Peneliti memberikan panduan dan mendampingi sampel dalam mengisi kuesioner tersebut.

- 11) Setelah sampel mengisi instrument kuesioner yang telah diberikan. Peneliti mengumpulkan data dari jawaban sampel dari kuesioner penelitian.
- 12) Peneliti mengobservasi atau mengamati keterampilan sampel saat bermain melalui video rekaman tersebut.
- 13) Setelah data kuesioner dan observasi sudah terkumpul, kemudian peneliti melakukan analisis data menggunakan SPSS versi 22.

3.6 Analisis Data

Peneliti melakukan uji normalitas dan homogenitas untuk mengetahui data dari setiap variable berdistribusi normal dan/atau data homogeny. Analisis data yang telah diperoleh dari pengumpulan data melalui kuesioner di olah menggunakan *Independent Sampel t Test* untuk menentukan perbedaan penggunaan self talk berdasarkan gender dan *regresi linier sederhana* unuk menentukan ada atau tidaknya pengaruh *self talk* berdasarkan gender terhadap performa atlet, yang dianalisis melalui SPSS seri 22 dan level sig 0.05. Berikut ini bagan alur analisis data :



Gambar 3. 2 Bagan Alur Analisis Data