

## BAB III METODE PENELITIAN

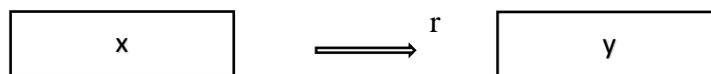
### 3.1 Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif yang dimana suatu metode ini bertujuan untuk membuat gambar atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif yang menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut serta penampilan dan hasilnya (Arikunto, 2006).

Variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi dua variabel yaitu dukungan sosial yang meliputi dukungan keluarga, dukungan pelatih, dukungan teman dan dukungan masyarakat (*variabel independen*) dan kecemasan (*variabel dependen*).

### 3.2 Desain Penelitian

Desain penelitian adalah semua proses yang diperlukan untuk sebuah perencanaan dan pelaksanaan penelitian, yang nantinya akan membantu peneliti dalam pengumpulan data dan pengolahan data, untuk itu desain penelitian ini seperti bagan berikut:



**Gambar 3.1 Hubungan Variabel Penelitian**

Keterangan :

x: Dukungan sosial variabel independent

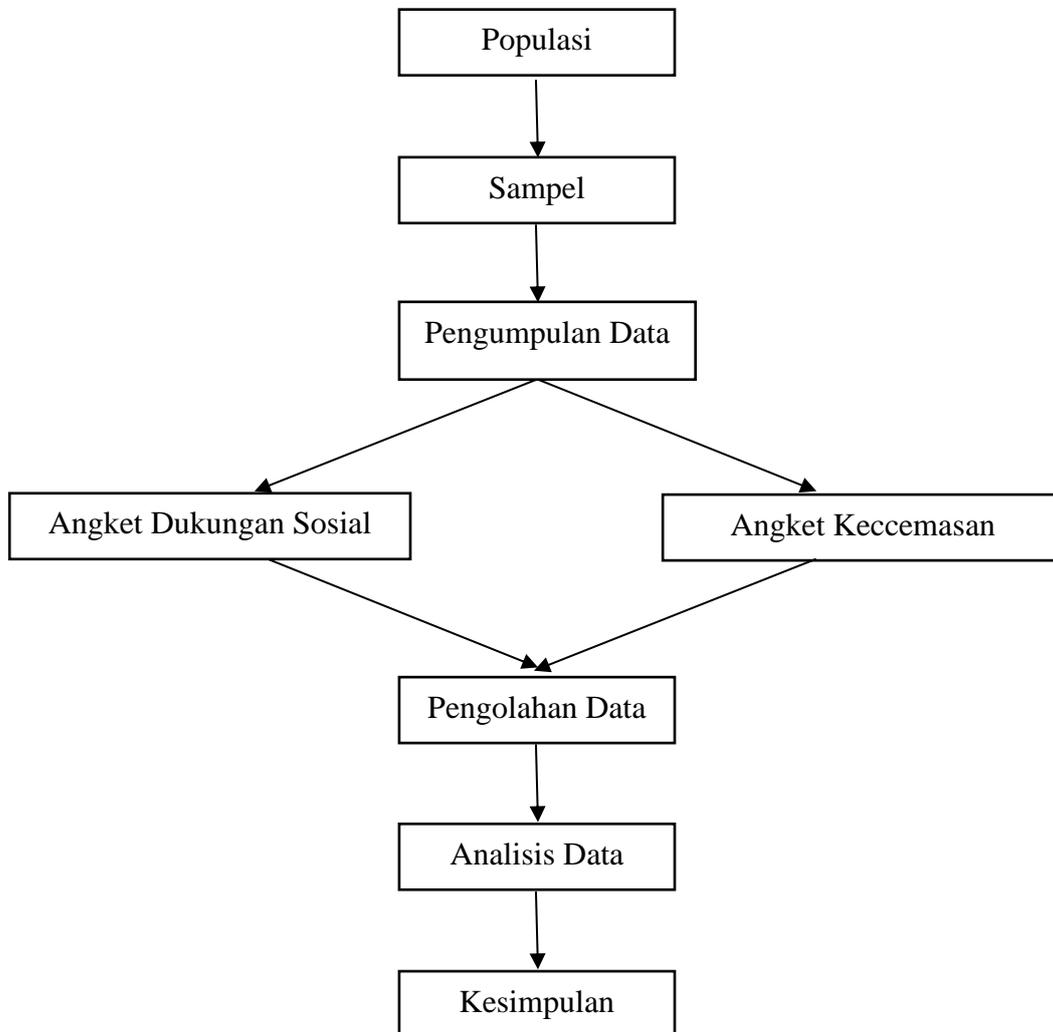
y: Kecemasan Bertanding variabel dependent

r: Hubungan

Sumber. (Sugiyono, 2019)

### 3.3 Alur Penelitian

Alur penelitian adalah langkah-langkah yang dilakukan dalam melakukan penelitian agar penelitian terarah. Oleh sebab itu peneliti membuat alur penelitian seperti pada gambar 3.2 alur penelitian.



Gambar 3.2 Alur Penelitian

### 3.4 Populasi dan Sampel

#### 3.2.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2019). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Oleh sebab itu dalam penelitian ini peneliti akan meneliti ukm futsal putri yang memiliki karakteristik bekerja keras, dan penuh semangat.

Oleh karena itu populasi dalam penelitian ini seluruh anggota Ukm (unit kegiatan mahasiswa) futsal putri Upi (universitas pendidikan indonesia) yang berjumlah 25 orang.

### **3.2.2 Sampel**

Sugiyono (2019). Menjelaskan Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang di miliki oleh populasi tersebut. bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karna keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti menggunakan sampel yang di ambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Dengan demikian sampel yang diambil pada penelitian ini sebanyak 21 orang, yang merupakan anggota aktif pada Ukm (unit kegiatan mahasiswa) futsal putri Universitas Pendidikan Indonesia

### **3.5 Teknik Sampling**

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel, untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian. Sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh, 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, atau penelitizn yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil, istilah lain sampel jenuh adalah sensus, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel. Sugiyono (2019).

### **3.6 Instrumen Penelitian**

Instrument dalam penelitian ini menggunakan Kuesioner (Angket) menurut Sugiyono (2019) kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya, kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variable yang akan diukur dan tahy apa yang bisa diharapkan dari responden. Kuesioner berupa pertanyaan tertutup. Sugiyono (2019) pertanyaan tertutup akan membantu responden untuk menjawab dengan cepat, dan juga memudahkan peneliti dalam melakukan analisis data terhadap seluruh angket yang telah terkumpul. Pertanyaan/pernyataan dalam angket perlu dibuat kalimat positif dan negative agar responden dalam memberikan jawaban setiap pertanyaan lebih serius.

### 3.7 Waktu dan Tempat Penelitian

#### 3.7.1 Waktu Penelitian

Waktu yang digunakan oleh peneliti untuk penelitian ini dilaksanakan sejak tanggal dikeluarkannya ijin penelitian pada tanggal 20 Maret 2023, dalam kurun waktu kurang lebih 2 minggu, 1 minggu pengumpulan data dan 1 minggu pengolahan data.

#### 3.7.2 Tempat Penelitian

Dilaksanakan menggunakan media Whatsapp kepada atlet UKM Futsal Putri Universitas Pendidikan Indonesia.

### 3.8 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik kuesioner/angket dalam bentuk skala. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari skala Dukungan sosial dan skala Kecemasan menghadapi pertandingan.

#### 3.8.1 Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial diukur dengan 4 aspek yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori dari Papalia (2009), di adopsi dari Idra (2018) yaitu dukungan sosial dari keluarga, dukungan sosial dari teman, dukungan sosial dari pimpinan dan dukungan sosial dari lingkungan. Terdiri dari 30 butir pertanyaan menggunakan skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu :

Tabel 3.1 Pilihan Jawaban

Pilihan jawaban	Skor	
	Positif	Negatif
Selalu	4	1
Sering	3	2
Kadang-kadang	2	3
Tidak pernah	1	4

Nurul Fahmi Hidayatullah, 2023

*HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN DALAM MENGHADAPI PERTANDINGAN ATLET FUTSAL PUTRI*

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

Dengan kategori menurut skala Azwar (2015)

Tinggi :  $(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$

Sedang :  $(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$

Rendah :  $X < (\mu - \sigma)$

Adapun distribusi aitem kuesioner Dukungan sosial terdapat dalam tabel. **3.2 kisi-kisi skala dukungan sosial.**

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Aitem Skala Dukungan Sosial

No	Indikator	Aitem Pertanyaan		Total
		Positif	Negatif	
1	Dukungan sosial dari keluarga	1,2,5,6	3,4,7	7
2	Dukungan sosial dari teman	8,9,10,13,14	11,12	7
3	Dukungan sosial dari pelatih	17,18,19,20	15,16,21,22	8
4	Dukungan sosial dari lingkungan	23,24,28,29	25,26,27,30	8
Total		17	13	30

### 3.8.2 Skala Kecemasan menghadapi pertandingan

Kecemasan menghadapi pertandingan diukur dengan menggunakan aspek dari gejala kecemasan yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori dari Amir (2004), di adopsi dari Indra (2018) yang terdiri dari gejala emosi, gejala fisiologis, dan gejala kognitif. Terdiri dari 15 butir pertanyaan menggunakan skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu :

Tabel 3.3 Pilihan Jawaban

Pilihan jawaban	Skor Positif
Selalu	4
Sering	3
Kadang-kadang	2
Tidak pernah	1

Dengan kategori menurut skala Azwar (2015)

Tinggi :  $(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$

Sedang :  $(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$

Rendah :  $X < (\mu - \sigma)$

Tabel 3.4 Kisi-kisi Aitem Skala Kecemasan

No	Indicator	Aitem pertanyaan	Total
		Positif	
1	Gejala emosi	4,5,10,12,14	5
2	Gejala fisiologis	1,2,7,8,11	5
3	Gejala kognitif	3,6,9,13,15	5
Total		15	15

### 3.8 Uji Validitas dan Reliabilitas

#### 3.8.1 Uji Validitas

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur (Sugiyono, 2009). Uji yang akan dilakukan pada 30 responden. Untuk mengetahui nilai validitas dari data kuesioner pada masing-masing item atau butir pertanyaan, digunakan program SPSS 16.0 untuk mengelolah data dalam kuesioner tersebut, hasil perhitungan kemudian disesuaikan dengan nilai *r product moment*.

Berdasarkan hasil uji coba aitem pada skala dukungan sosial setelah pelaksanaan uji coba didapatkan hasil 2 aitem yang tidak valid yaitu no 29 dan 30 sehingga tidak lolos seleksi dan tidak digunakan dalam penelitian. Sedangkan skala kecemasan terdapat 15 aitem pada saat uji coba, dan setelah pelaksanaan uji coba didapatkan hasil seluruh aitem skala kecemasan lolos seleksi artinya seluruh aitem dinyatakan valid.

Nurul Fahmi Hidayatullah, 2023

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN DALAM MENGHADAPI PERTANDINGAN ATLET FUTSAL PUTRI

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

### 3.8.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas ialah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Hal ini berarti menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran itu tetap konsisten atau tetap asas (*ajeg*) bila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama, dengan menggunakan alat ukur yang sama (Azwar, 2015).

Berdasarkan hasil analisis tersebut, diperoleh koefisien reliabilitas skala *Alpha* sebesar 0,932. Hal ini menunjukkan bahwa skala dukungan sosial tersebut dapat dikatakan reliabel untuk digunakan. Sedangkan hasil analisis data dalam skala kecemasan diperoleh koefisien reliabilitas skala *Alpha* sebesar 0,814. Hal ini menunjukkan bahwa skala kecemasan tersebut dapat dikatakan reliabel untuk digunakan.

Adapun sebaran aitem sebelum dan sesudah hasil uji coba dapat dilihat dalam table 3.5 berikut:

Tabel 3.5 Aitem Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba

No	Indikator	Aitem Pertanyaan		Total
		Positif	Negatif	
1	Dukungan sosial dari keluarga	1,2,5,6	3,4,7	7
2	Dukungan sosial dari teman	8,9,10,13,14	11,12	7
3	Dukungan sosial dari pelatih	17,18,19,20	15,16,21,22	8
4	Dukungan sosial dari lingkungan	23,24,28	25,26,27	7
Total		16	12	28

Tabel 3.6 Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Pertandingan  
Setelah Uji Coba

No	Indicator	Aitem pertanyaan	Total
		Positif	
1	Gejala emosi	4,5,10,12,14	5
2	Gejala fisiologis	1,2,7,8,11	5
3	Gejala kognitif	3,6,9,13,15	5
Total		15	15

### 3.9 Teknik Analisis Data

Dalam penelitian data didapatkan akan dilakukan analisis dengan menggunakan uji statistika untuk menguji hipotesa pada data kuantitatif untuk mengetahui variabel independent dan variabel dependent sesuai dengan skala pengukuran setiap data, analisis data yang dilakukan sebagai berikut :

#### 3.9.1 Uji Asumsi

##### 3.9.1.1 Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang digunakan dalam penelitian berdistribusi secara normal atau tidak, untuk mengetahui uji normalitas ini menggunakan *shapiro-wilk* program SPSS versi 25, apabila hasil  $P > 0.05$  maka data dinyatakan berdistribusi normal, namun apabila hasil  $P < 0.05$  maka dinyatakan tidak berdistribusi secara normal.

##### 3.9.1.2 Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui data penelitian tersebut linear atau tidak, yang artinya data tersebut mengikuti garis linear korelasi atau tidak, uji linearitas dapat diketahui dengan melihat nilai sig deviation from linearity  $P > 0.05$  maka terdapat hubungan yang linear antara variabel bebas dan variabel terikat. Jika nilai sig deviation from linearity  $P < 0.05$ , maka tidak terdapat hubungan yang linear antara variabel bebas dan variabel terikat.

#### 3.9.2 Uji Hipotesis

- 1) Kriteria pengambilan keputusan pada uji korelasi product moment:

Membandingkan signifikansi (sig) hitung dengan signifikansi yang telah ditetapkan ketentuan dikatakan  $H_0$  ditolak jika sig hitung  $> 5\%$  (0,05).

Membandingkan F hitung dengan F table ketentuan dikatakan ada perbedaan signifikan jika  $H_0$  ditolak  $r$  hitung  $> r$  tabel atau  $r$  hitung  $< r$  tabel.

2) Membandingkan Nilai  $r$  hitung dengan  $r$  tabel.

Berdasarkan nilai signifikansi sig. (2-tailed) jika nilai sig (2-tailed)  $< 0,05$  maka terdapat korelasi antar variabel yang dihubungkan. Namun sebaliknya jika nilai sig. (2-tailed)  $> 0,05$  maka tidak terdapat korelasi. Dan berdasarkan Nilai  $r$  hitung (Persion Corelation): jika nilai  $r$  hitung  $> r$  tabel maka ada korelasi antar variabel namun sebaliknya jika nilai  $r$  hitung  $< r$  tabel maka tidak ada korelasi antar variabel. Berdasarkan nilai  $r$  tabel dapat ditentukan kriteria kekuatan hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat yaitu mengacu pada tabel Ketentuan Interpretasi nilai  $r$  dalam Uji korelasi tabel 3.7.

Tabel 3.7 Ketentuan Interpretasi nilai  $r$  dalam Uji korelasi

Nilai $r$	Interpretasi
0	Tidak ada hubungan sama sekali
0,01-0,20	Hubungan sangat rendah atau sangat lemah
0,21-0,40	Hubungan rendah atau lemah
0,41-0,60	Hubungan cukup besar atau kuat
0,61-0,80	Hubungan besar atau kuat
0,81-0,99	Hubungan sangat besar atau sangat kuat
1	Hubungan sempurna