

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Dalam suatu penelitian perlu ditetapkan suatu metode yang sesuai dengan kebutuhan untuk dapat mengungkapkan suatu permasalahan yang dimunculkan. Metode adalah cara yang ditempuh untuk mencapai suatu tujuan. Tujuan penelitian adalah untuk mengungkapkan, menggambarkan, dan menyimpulkan data guna memecahkan suatu masalah melalui cara-cara tertentu yang sesuai dengan prosedur penelitian. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Metode ini digunakan untuk memperoleh sejumlah informasi dari sekelompok sampel.

Metode penelitian dalam penelitian ini adalah bersifat noneksperimen (penelitian setelah terjadi fakta. Purwanto (2007: 181) mengemukakan bahwa: “penelitian di mana variabel yang hendak diteliti (variabel terikat) telah ada pada saat penelitian dilakukan”.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif “Penelitian yang hanya melibatkan hubungan satu variabel pada satu kelompok tanpa menghubungkan dengan variabel lain atau membandingkan dengan kelompok lain” (Purwanto, 2007: 177).

BAB III

METODE PENELITIAN

B. Metode Penelitian

Dalam suatu penelitian perlu ditetapkan suatu metode yang sesuai dengan kebutuhan untuk dapat mengungkapkan suatu permasalahan yang dimunculkan. Metode adalah cara yang ditempuh untuk mencapai suatu tujuan. Tujuan penelitian adalah untuk mengungkapkan, menggambarkan, dan menyimpulkan data guna memecahkan suatu masalah melalui cara-cara tertentu yang sesuai dengan prosedur penelitian. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Metode ini digunakan untuk memperoleh sejumlah informasi dari sekelompok sampel.

Metode penelitian dalam penelitian ini adalah bersifat noneksperimen (penelitian setelah terjadi fakta. Purwanto (2007: 181) mengemukakan bahwa: “penelitian di mana variabel yang hendak diteliti (variabel terikat) telah ada pada saat penelitian dilakukan”.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif “Penelitian yang hanya melibatkan hubungan satu variabel pada satu kelompok tanpa menghubungkan dengan variabel lain atau membandingkan dengan kelompok lain” (Purwanto, 2007: 177).

Mengenai metode deskriptif dijelaskan pula oleh Erna (2008) dalam artikel yang dibuatnya sebagai berikut:

Penelitian deskriptif adalah suatu bentuk penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan fenomena-fenomena yang ada, baik fenomena alamiah maupun fenomena buatan manusia. Fenomena itu bisa berupa bentuk, aktivitas, karakteristik, perubahan, hubungan, kesamaan, dan perbedaan antara fenomena yang satu dengan fenomena lainnya. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang berusaha mendeskripsikan dan menginterpretasikan sesuatu, misalnya kondisi atau hubungan yang ada, pendapat yang berkembang, proses yang sedang berlangsung, akibat atau efek yang terjadi, atau tentang kecenderungan yang tengah berlangsung.

Dari pendapat tersebut penulis dapat menyimpulkan bahwa penelitian deskriptif merupakan suatu bentuk penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan fenomena-fenomena yang ada baik fenomena alamiah maupun fenomena buatan manusia. Fenomena yang dapat berupa suatu bentuk aktivitas karakteristik perubahan hubungan kesamaan dan perbedaan antara fenomena yang satu dengan fenomena lainnya. Penelitian ini adalah penelitian yang berusaha mendeskripsikan dan menginterpretasikan sesuatu misalnya kondisi atau duatu hubungan yang ada. Lebih jelas tentang metode deskriptif dijelaskan oleh Furchan (2004) terutama mengenai karakteristiknya sebagai berikut:

1. Penelitian deskriptif cenderung menggambarkan suatu fenomena apa adanya dengan cara menelaah suatu fenomena apa adanya dengan cara menelaah secara teratur-ketat, menggunakan obyektivitas dan dilakukan secara cermat.
2. Tidak adanya perlakuan yang diberikan atau dikendalikan.

3. Tidak adanya uji hipotesis.

(<http://ardhana12.wordpress.com/2008/02/27/penelitian-deskriptif/>)

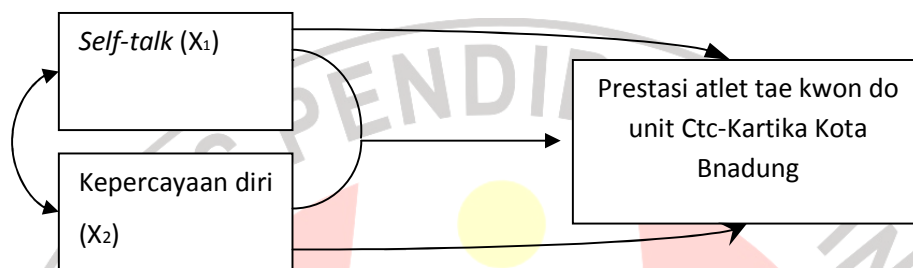
Sedangkan jenis metode deskriptif yang digunakan adalah metode deskriptif korelasional. Dengan menggunakan metode deskriptif korelasional, maka akan mampu mengungkapkan atau menggambarkan hubungan antara *self-talk* dan kepercayaan diri dengan prestasi atlet tae kwon do unit Ctc-Kartika Kota Bandung. Mengenai penjelasan metode deskriptif korelasional menurut Arikunto (2006: 270) adalah “Penelitian yang bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada, berapa eratnya hubungan serta berarti atau tidaknya hubungan itu”.

B. Desain Penelitian dan Variabel Penelitian

Dalam suatu penelitian perlu adanya suatu desain penelitian yang sesuai dengan variabel-variabel yang terkandung dalam tujuan penelitian dan hipotesis yang akan diuji kebenarannya. Penulis menggunakan desain penelitian deskriptif, dengan pengelompokan variabel penelitian sebagai berikut:

- a. Variabel bebas ke 1: *self-talk* (X1)
- b. Variabel bebas ke 2: Kepercayaan diri (X2)
- c. Variabel terikat / terpengaruhnya: prestasi atlet tae kwon do unit Ctc-Kartika Kota Bandung (Y).

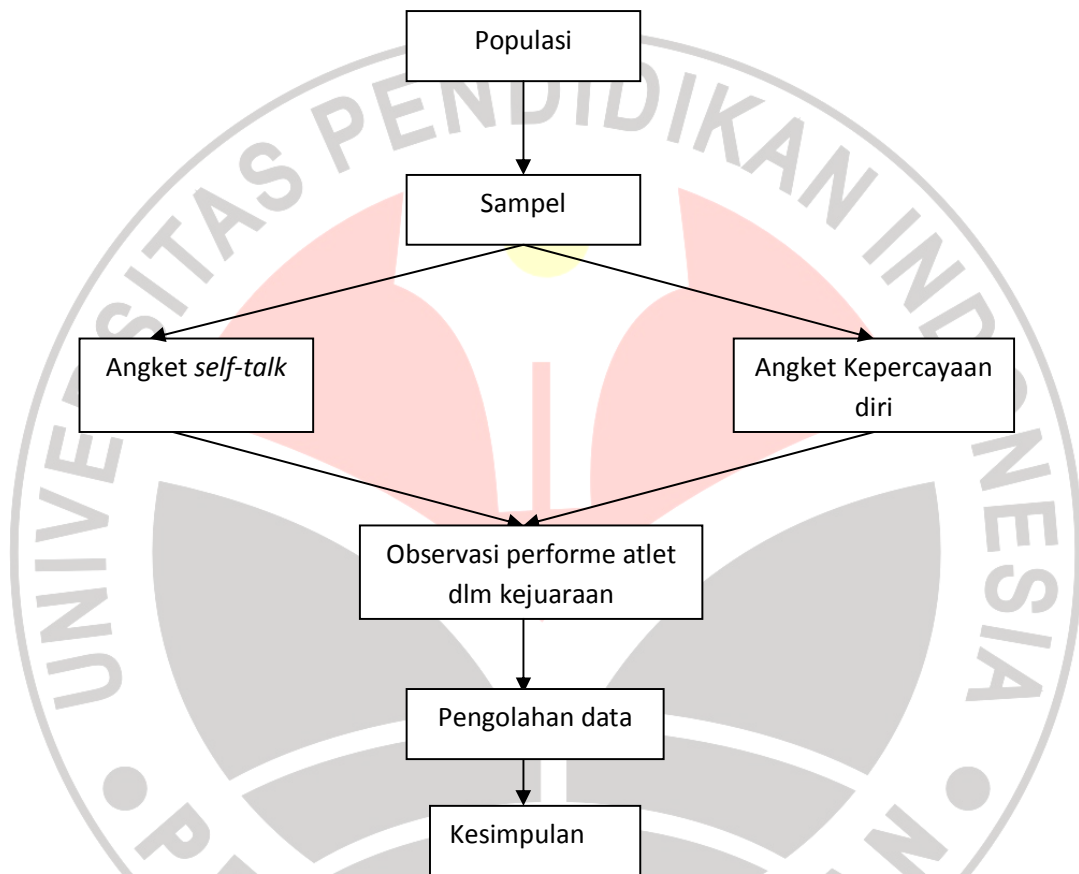
Untuk memberikan kelancaran dalam pelaksanaan penelitian ini penulis merancang desain penelitian sebagai berikut :



Bagan 3.1

Desain Penelitian (Metode Penelitian oleh Sugiyono, 2009: 44)

Untuk itu lebih memudahkan dalam pelaksanaan penelitian, maka berikut ini terdapat langkah-langkah dalam melaksanakan penelitian ini:



Bagan 3.2

Langkah-langkah dalam melaksanakan penelitian

C. Teknik Pengambilan Sampel

Untuk dapat menyusun hingga menganalisis data dan menghasilkan sesuatu yang diharapkan dalam suatu penelitian diperlukan sumber data. Sumber data ini adalah suatu subyek dimana kita dapat memperoleh data penelitian. Pengolahan data merupakan kegiatan terpenting dalam proses dan kegiatan penelitian. Kekeliruan memilih analisis dan perhitungan akan berakibat fatal pada kesimpulan, generalisasi maupun interpretasi. Hal ini perlu dikaji secara mendalam agar dapat memilih dan menentukan secara tepat dalam pengolahan data. Seperti yang dijelaskan oleh Arikunto (2006:129) yang dimaksud dengan sumber data dalam penelitian adalah “subyek darimana data dapat diperoleh”.

Sumber data dalam suatu penelitian biasa disebut populasi dan sampel penelitian. Populasi menurut Arikunto (2006: 130) adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian maka penelitiannya merupakan sekelompok subjek yang diperlukan oleh peneliti.

Populasi merupakan kelompok yang lebih besar dimana peneliti digeneralisasikan. Pada hakikatnya, penelitian ini berlaku bagi seluruh atlet dalam cabang olahraga beladiri Tae kwon Do. Akan tetapi, agar penelitian ini lebih terfokus, populasi dari penelitian ini hanya dilakukan di salah satu unit Tae Kwon Do di Kota Bandung yakni unit CTC-Kartika.

Sampel penelitian menurut Arikunto (2006: 131) jika kita hanya akan meneliti sebagian dari populasi, maka penelitian tersebut disebut penelitian sampel. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sampel dalam penelitian ini adalah atlet Tae Kwon Do CTC-Kartika junior dan senior putra/putri.

Dalam penelitian ini penulis mengambil sampel dengan cara purposive sampling atau sampel bertujuan. Penulis mengambil cara ini karena penulis hanya ingin meneliti atlet Tae Kwon Do junior dan senior yang sering mengikuti kejuaraan.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data ialah teknik atau cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Metode (cara atau teknik) menunjuk suatu kata yang abstrak dan tidak diwujudkan dalam benda, tetapi hanya dapat dilihat penggunaannya melalui: angket (*questionnaire*), wawancara (*interview guide* atau *interview schedule*), pengamatan (*observasi*), ujian (*tes*), dokumentasi, dan lainnya (Riduwan, 2007: 24).

Pada penelitian untuk dapat mengumpulkan data diperlukan suatu alat yang disebut sebagai instrumen. Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data-data yang dibutuhkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya (Riduwan, dikutip dari: Arikunto, 1995: 134).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes dan angket. Untuk variabel bebas yaitu *self-talk* dan kepercayaan diri, peneliti menggunakan berupa kuesioner atau angket. Sedangkan untuk variabel terikat, peneliti menggunakan metode observasi dengan cara mengklasifikasi/mengkatagorikan hasil akhir berupa prestasi yang atlet raih dalam salah satu kejuaraan “Walikota cup 2011 se-Kota Bandung”.

Dalam pembuatan angket ini harus di rancang semenarik dan tidak terlalu panjang. Agar responden tidak sulit dalam menjawab angket tersebut. (Mona, dikutip dari: Rusli Lutan (2007:134)) mengatakan sebagai berikut: “Instrumen itu harus menarik dan tidak terlalu panjang, serta pertanyaan itu harus semudah mungkin untuk dijawab”.

Dari penjelasan tersebut penulis dapat menyimpulkan bahwa hal tersebut dimaksudkan agar respoden tidak jenuh dan sulit dalam menjawab soal-soal angket, sehingga data yang dihasilkan pun akan lebih akurat.

1. Angket

Mengenai angket atau kuesioner Arikunto (2006: 151) menjelaskan bahwa “Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui”.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian digunakan untuk menguji hipotesis atau menjawab pertanyaan yang telah dirumuskan. Karena data yang diperoleh akan

dijadikan landasan dalam mengambil kesimpulan, data yang dikumpulkan haruslah data yang benar.

Agar data yang dikumpulkan baik dan benar, instrumen pengumpulan datanya pun harus baik. beberapa instrumen pengumpulan data sesuai dengan teknik pengumpulan data menurut Riduwan (2007: 25) ialah:

1. Angket
2. Wawancara
3. Pengamatan
4. Tes
5. Dokumentasi

Namun peneliti akan menggunakan metode angket dalam penelitiannya. Angket atau *questionnaire* adalah daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain yang bersedia memberikan respon sesuai dengan permintaan pengguna (Riduwan, 2007: 26). Penjelasan yang hampir sama di paparkan oleh Arikunto (2006:151) bahwa “Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui”.

Lebih lanjut Arikunto menjabarkan tentang keuntungan kuesioner yaitu sebagai berikut:

- a. Tidak memerlukan hadirnya peneliti.
- b. Dapat dibagikan secara serentak kepada banyak responden.

- c. Dapat dijawab oleh responden menurut kecepatannya masing-masing dan menurut waktu senggang responden.
- d. Dapat dibuat anonim sehingga responden bebas, jujur dan tidak malu-malu menjawab.
- e. Dapat dibuat terstandar sehingga bagi semua responden dapat diberi pertanyaan yang benar-benar sama.

Tujuan penyebaran angket ialah mencari informasi yang lengkap mengenai suatu masalah dari responden tanpa merasa khawatir bila responden memberikan jawaban yang tidak sesuai dengan kenyataan dalam pengisian daftar pertanyaan. Disamping itu, responden mengetahui informasi tertentu yang diminta. Angket dibedakan menjadi dua jenis, yaitu: angket terbuka dan angket tertutup. Dalam penelitian ini penggunaan angket dijabarkan sebagai berikut: (1) Dipandang dari cara menjawab yaitu menggunakan kuesioner tertutup, yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih (2) Dipandang dari cara menjawab yaitu menggunakan kuesioner langsung, responden menjawab tentang dirinya (3) Dipandang dari bentuknya yaitu menggunakan kuesioner *check list*, sebuah daftar dimana responden tinggal membubuhkan tanda *check* (√) atau tanda silang (X) pada kolom yang sesuai (Arikunto, 1997:152).

Angket yang penulis gunakan dalam penelitian ini terdiri dari komponen, dan indikator-indikator. Sejumlah pertanyaan yang ditawarkan adalah merupakan gambaran tentang sikap mental, penanaman mental yakni antara *self-talk* dan kepercayaan diri terhadap prestasi atlet Tae Kwon Do Kota Bandung.

a. Penyusunan kisi-kisi angket

Agar penyusunan angket berjalan dengan baik, maka diperlukan langkah dalam penyusunan angket. Maksudnya yaitu menjabarkan tentang lingkup masalah yang akan dijadikan sebagai bahan untuk membuat pernyataan angket dengan cara membuat kisi-kisi terlebih dahulu. Langkah-langkah penyusunan angket tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3
Kisi-kisi tentang *self-talk*, Atlet Tae Kwon Do Kota Bandung

Komponen	Sub komponen	Indicator
<ul style="list-style-type: none"> - <i>Self talk</i> menunjukkan hubungan positif dengan peningkatan kepercayaan diri atlet baik secara langsung maupun tidak langsung, meningkatkan harga diri kearah yang lebih positif, meningkatkan konsentrasi dan pada akhirnya meningkatkan penampilannya. - <i>Self-talk</i> mengajari seseorang untuk selalu waspada dan berpikiran positif terhadap diri sendiri. - <i>Self-talk</i> digunakan sebagai sebuah strategi untuk memotivasi atlet (Hardy,dkk., 2001), meningkatkan kepercayaan diri (Landin & Hebert, 1999). Penggunaan <i>self-talk</i> dari mulai sesi latihan sampai akhir pertandingan akan memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan kepercayaan diri, menurunkan tingkat 	<p><i>Self-talk</i> positif dapat digunakan untuk meningkatkan harga diri, motivasi, dan membantu atlet agar dapat melakukan konsentrasi secara lebih efisien</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.Selalu optimis 2.Percaya akan kemampuan diri 3.Tingkat konsentrasi atlet 4.Perseepsi atau konsep diri yang tinggi 5.Esensi diri 6.Meningkatkan motivasi atlet 7.Dapat melakukan improvisasi atau lebih seponatan 8.Mengurangi kecemasan 9.Tingkat keraguan rendah 10. Meningkatkan konsentrasi.
	<p><i>Self-talk</i> negative dapat meningkatkan kecemasan dan keraguan atlet akan kemampuan</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.tingkat pesimistisnya 2. tingkat kecemasan tinggi

<p>kecemasan, dan meningkatkan penampilan motorik dalam beragam cabang olahraga.</p> <p>- <i>Self-talk</i> positif dapat digunakan untuk meningkatkan harga diri, motivasi, dan membantu atlet agar dapat melakukan konsentrasi secara lebih efisien.</p>	<p>dirinya, sehingga akan berimbas pada penurunan penampilan motoriknya. Kecemasan dan keraguan merupakan aspek mental yang dapat mengganggu prestasi atlet. Menurut Juliantine et. al aspek-aspek mental yang dapat mengganggu prestasi atlet adalah “ ketegangan dan kecemasan, motivasi rendah, gangguan emosional, keraguan, atau takut”</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. tingkat ketegangan tinggi 2. tingkat keraguan dalam diri atlet tinggi 3. kurangnya daya konsentrasi atlet 4. tingkat emosi tinggi 5. tingkat motivasi rendah 6. tingkat esensi diri atlet yang rendah dalam situasi tertekan (ada dalam situasi terbebani dalam dirinya).
---	--	---

Tabel 3.4
Kisi-kisi tentang kepercayaan diri, Atlet Tae Kwon Do Kota Bandung

Komponen	Indicator
<ul style="list-style-type: none"> - Percaya diri menimbulkan rasa aman, yang tampak pada sikap dan tingkah laku atlet. Atlet akan lebih tenang, dan merasa lebih relax, tidak mudah bimbang/ragu, tidak mudah gugup, tegas, dsb. - Kepercayaan diri mengurangi kecemasan terhadap kemampuan dirinya. - Percaya diri menggugah emosi positif. - Ketika atlet merasa percaya diri, mental bebas untuk focus pada tugas yang dihadapi, dan ketika atlet merasa kurang percaya diri, atlet cenderung merasa - Dengan kepercayaan diri yang optimal akan kemampuannya, seorang atlet pasti akan berusaha dengan kerja keras agar dapat mencapai hasil yang maksimal. - Kepercayaan diri yang kuat pada diri sendiri akan membantu memperbaiki kesalahan secara efektif, atlet akan bekerja keras mencapai keberhasilan. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tingkat motivasi tinggi 2. Perasaan aman dalam diri (tenang) 3. Atlet akan lebih relax dalam menghadapi lawan, juga tenang dari adanya tekanan-tekanan. 4. Atlet tidak mudah bimbang/ragu 5. Atlet tidak mudah gugup 6. Atlet akan tegas dalam mengambil keputusan. 7. Mengurangi tingkat kecemasan dalam dirinya. 8. Dapat menggugah emosi positif dalam dirinya. 9. Tingkat konsentrasi yang tinggi. 10. Focus terhadap tugas-tugasnya. 11. Tingkat kerja keras atlet tinggi 12. Tingkat esensi diri atau konsep diri yang tinggi. 13. Tingkat motivasi tinggi. 14. Tingkat tanggung jawab tinggi.

b. Penyusunan angket

Setelah indikator-indikator disusun dalam kisi-kisi tersebut, selanjutnya dijadikan acuan untuk menyusun suatu pernyataan yang akan disebarakan dalam suatu kuesioner atau angket. Mengenai jawaban dalam angket penulis menggunakan skala sikap yaitu skala Likert. Skala Likert yaitu “Skala ini berisikan seperangkat pernyataan yang merupakan pendapat mengenai subyek sikap (Mona, dikutip dari: Saswinadi (1988: 82)). Sebagian dari pernyataan-pernyataan itu memperlihatkan pendapat yang positif atau menyenangkan tentang subyek sikap tersebut dan sebagian lagi negatif atau tidak menyenangkan”. Sejalan dengan itu, Riduwan (2007: 12) mengemukakan bahwa:

Penggunaan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi dimensi, dimensi dijabarkan menjadi sub variabel kemudian sub variabel dijabarkan lagi menjadi indikator-indikator yang dapat diukur. Akhirnya indikator-indikator yang terukur ini dapat dijadikan titik tolak untuk membuat item instrument yang berupa pertanyaan yang perlu dijawab oleh responden. Setiap jawaban dihubungkan dengan bentuk pernyataan atau dukungan sikap yang diungkapkan dengan kata-kata.

Sesuai dengan penjelasan di atas maka untuk setiap indikator penulis menyediakan tiga buah pernyataan dalam angket, yaitu dua pernyataan yang bersifat positif dan satu pernyataan yang bersifat negatif.

Tiap responden menilai pernyataan tersebut dengan memilih salah satu jawaban berikut:

pernyataan positif		pernyataan negatif	
Sangat Setuju	(SS) = 5	Sangat Setuju	(SS) = 1
Setuju	(S) = 4	Setuju	(S) = 2
Netral	(N) = 3	Netral	(N) = 3
Tidak Setuju	(TS) = 2	Tidak Setuju	(TS) = 4
Sangat Tidak Setuju	(STS) = 1	Sangat Tidak Setuju	(STS) = 5

nilai-nilai tersebut dijadikan sebuah tabel yang termasuk didalamnya terdapat pernyataan-pernyataan positif dan negatif.

Tabel 3.4
Nilai skala sikap

No	Pernyataan positif	Alternatif jawaban				
		5	4	3	2	1
		SS	S	N	TS	STS
No	Pernyataan negative	Alternatif jawaban				
		1	2	3	4	5
		SS	S	N	TS	STS

Penyusunan pernyataan-pernyataan tidak dilakukan dengan sembarangan, melainkan harus bertolak ukur dari penjelasan Likert dalam (Saswinadi, dikutip oleh mona (1988:83)) sebagai berikut:

1. Pernyataan itu harus merupakan gambaran dari perilaku yang diinginkan dan bukan menyatakan suatu fakta
2. Setiap pernyataan harus jelas, singkat, terarah, dan tidak mempunyai tafsiran ganda (ambiguity)
3. Hendaknya diusahakan supaya model jawaban tidak terhimpun di satu ujung kontinum, tetapi sebagian di ujung lain terletak ditengah kontinum arah sikap itu.
4. Keseluruhan perangkat skala sikap itu hendaknya mencakup dua kelompok pernyataan, ialah yang berarah positif dan yang berarah negatif. Hal ini diperlukan untuk menghindarkan jawaban yang stereotipis dari responden.
5. Tiap pernyataan harus mengandung satu variabel sikap dan tidak boleh lebih.

Dari penjelasan di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa dalam menyusun suatu pernyataan dalam angket harus bersifat jelas, singkat dan terarah serta tidak memiliki tafsiran ganda, tiap-tiap pernyataan harus mencakup dua kelompok pernyataan yakni yang bersifat positif dan negatif, dan tiap pernyataannya harus pula mengandung satu unsur variabel sikap dan tidak boleh lebih

1. Uji coba angket

Setelah disusunnya angket, tidak lekas diberikan kepada sampel yang sesungguhnya. Perlu adanya suatu pengujian angket, oleh karena itu penulis menguji coba angket untuk mengukur tingkat validitas dan reliabilitas angket tersebut. Tidak semua pernyataan dalam angket akan kembali diberikan pada angket sebenarnya. Hanya pernyataan-pernyataan yang memenuhi syaratlah yang dapat digunakan sebagai pengumpul data dalam penelitian ini. Untuk mengetahui pernyataan tersebut memenuhi syarat maka perlu ditentukan tingkat validitasnya.

Uji angket ini dilaksanakan di unit Tae Kwon Do BPPI Kota Bandung yang tidak termasuk kedalam sampel penelitian. Adapun langkah-langkah dalam mengolah data untuk validitas instrument tersebut adalah sebagai berikut:

A. Uji Validitas Butir Soal

Langkah-langkah untuk mencari validitas butir soal adalah sebagai berikut

- a) Data yang diperoleh dari hasil uji coba dikumpulkan dan dipisahkan antara skor tertinggi dan terendah.
- b) Menentukan 50% responden yang memperoleh skor tinggi dan 50% yang memperoleh skor rendah.
- c) Kelompok yang terdiri dari responden yang memperoleh skor tinggi disebut kelompok atas sedangkan kelompok yang terdiri dari responden yang memperoleh skor rendah disebut kelompok bawah.
- d) Mencari nilai rata-rata (\bar{x}) setiap butir pernyataan kelompok atas dan nilai rata-rata (\bar{x}) setiap butir kelompok bawah dengan rumus sebagai berikut:

$$\bar{x} = \frac{\sum x_1}{n}$$

Keterangan:

\bar{x} : Nilai rata-rata yang dicari

x_1 : Jumlah skor

n : Jumlah responden

- e) Mencari simpangan baku (S) setiap butir pernyataan kelompok atas dan kelompok bawah dengan rumus sebagai berikut:

$$S = \sqrt{\frac{\Sigma(x-\bar{x})^2}{n-1}}$$

Keterangan:

S : simpangan baku yang dicari

$\Sigma(x - \bar{x})^2$: jumlah hasil penguadratan nilai skor dikurangi rata-rata

n-1 : jumlah sampel dikurangi satu

- f) Mencari variansi (S^2) untuk setiap butir pernyataan kelompok atas dan kelompok bawah dengan rumus sebagai berikut:

$$S^2 = \frac{(n_1-1)S_1^2 + (n_2-1)S_2^2}{n_1+n_2-2}$$

Keterangan:

S^2 : varians gabungan

S_1 : simpangan baku kelompok satu

S_2 : simpangan baku kelompok dua

n : sampel

- g) Mencari nilai t-hitung untuk setiap butir pernyataan dengan rumus sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n} + \frac{s_2^2}{n}}}$$

Keterangan:

\bar{x}_1 : rata-rata kelompok satu

\bar{x}_2 : rata-rata kelompok dua

S_1 : simpangan baku kelompok satu

S_2 : simpangan baku kelompok 2

n : sampel

Selanjutnya membandingkan nilai t-hitung dengan nilai tabel dalam taraf nyata 0.05 atau dengan tingkat kepercayaan 95%. Instrumen ini memiliki nilai t-tabel yang menunjukkan harga 1.40.

Sebuah pernyataan tes dinyatakan dapat dijadikan sebagai alat pengumpul data jika t-hitung lebih besar atau sama dengan t-tabel, jika t-hitung lebih kecil dari t-tabel maka pernyataan tersebut tidak dapat dijadikan sebagai alat pengumpul data. Hasil uji validitas butir angket pada penelitian ini dapat dilihat pada Tabel di bawah ini.

Tabel 3.5
Hasil Uji Validitas Variabel *self-talk*

No Soal	Keterangan	No Soal	Keterangan
1	Tidak valid	25	Tidak valid
2	Valid	26	Tidak valid
3	Tidak valid	27	Tidak valid
4	Tidak valid	28	Valid
5	Tidak valid	29	Valid
6	Valid	30	Valid

Lanjutan tabel 3.6

7	Tidak valid	31	Tidak valid
8	Valid	32	Tidak valid
9	Tidak valid	33	Tidak valid
10	Valid	34	Tidak valid
11	Valid	35	Valid
12	Valid	36	Valid
13	Tidak valid	37	Tidak valid
14	Tidak valid	38	Valid
15	Tidak valid	39	Tidak valid
16	Tidak valid	40	Valid
17	Tidak valid	41	Tidak valid
18	Tidak valid	42	Valid
19	Valid	43	Valid
20	Valid	44	Tidak valid
21	Tidak valid	45	Tidak valid
22	Tidak valid	46	Tidak valid
23	Valid	47	Tidak valid
24	Valid	48	Valid

Tabel 3.7
 Hasil Uji Validitas Variabel kepercayaan diri

No Soal	Keterangan	No Soal	Keterangan
1	Valid	23	Valid
2	Tidak valid	24	Valid
3	Valid	25	Valid
4	Tidak valid	26	Valid
5	Tidak valid	27	Tidak valid
6	Tidak valid	28	Valid
7	Valid	29	Valid
8	Valid	30	Valid
9	Valid	31	Tidak valid
10	Valid	32	Valid
11	Tidak valid	33	Tidak valid
12	Valid	34	Valid
13	Valid	35	Tidak valid
14	Valid	36	Valid
15	Valid	37	Tidak valid
16	Tidak valid	38	Tidak valid
17	Tidak valid	39	Valid
18	Valid	40	Valid
19	Valid	41	Valid

Lanjutan 3.7

20	Valid	42	Valid
21	Tidak valid	43	Valid
22	Valid	44	Valid

Sebuah pernyataan tes dinyatakan dapat dijadikan sebagai alat pengumpul data jika t-hitung lebih besar atau sama dengan t-tabel, jika t-hitung lebih kecil dari t-tabel maka pernyataan tersebut tidak dapat dijadikan sebagai alat pengumpul data. Hasil uji validitas butir angket pada penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 3.5 s/d Tabel 3.8. Dari semua butir soal yang valid, peneliti akan menggunakannya sebagai alat pengumpul data.

h. Selanjutnya untuk mengetahui tingkat reliabilitas instrument, penulis melakukan pendekatan sebagai berikut:

1. Membagi butir pernyataan menjadi dua bagian pernyataan yang bernomor genap dan bernomor ganjil
2. Skor dari butir pernyataan yang bernomor ganjil dikelompokkan menjadi variable x dan skor dari butir-butir pernyataan yang bernomor genap dijadikan variable y.

3. Mengkorelasikan antara skor butir-butir pernyataan yang bernomor genap dan butir-butir pernyataan yang bernomor ganjil dengan menggunakan rumus korelasi Person Product Moment sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(n(\sum X^2) - (\sum X)^2)(n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi yang dicari
 $\sum XY$ = Jumlah perkalian skor X dan skor Y
 $\sum X$ = Jumlah skor X
 $\sum Y$ = Jumlah skor Y
 n = Jumlah banyaknya soal

4. Mencari reliabilitas seluruh perangkat butir dengan menggunakan rumus

Spearman Brown sebagai berikut:

$$r_{ii} = \frac{2 \cdot r_{xy}}{1 + r_{xy}}$$

Keterangan:

r_{ii} = koefisien yang dicari
 $2 \cdot r_{xy}$ = dua kali koefisien korelasi
 $1+r_{xy}$ = satu tambah koefisien korelasi

5. Menguji signifikansi korelasi, yaitu dengan rumus sebagai berikut:

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Keterangan :

t = nilai t-hitung yang dicari
 r = koefisien seluruh tes
 $n-2$ = Jumlah pasangan xy dikurangi dua

Dari hasil penghitungan teknik korelasi Pearson Product Moment dimasukkan ke dalam rumus Spearman Brown, kemudian untuk menentukan nilai t -hitung, nilai seluruh item tes yang dihasilkan dimasukkan ke dalam rumus yang dikembangkan oleh sudjana (2001). Dari hasil penghitungan tersebut diperoleh r_{xy} untuk angket *self-talk* = 0,857 dan r_{ii} = 0,923, sedangkan pada r -tabel product moment diketahui bahwa dengan $n = 16$ harga r 0,05 atau dengan tingkat kepercayaan 95% adalah 0,497. Dengan demikian maka r_{ii} untuk variabel *self-talk* lebih besar dari r -tabel. Hal ini menunjukkan bahwa instrument penelitian ini dapat dipercaya atau reliable.

Untuk nilai r_{xy} kepercayaan diri = 0,956 dan nilai r_{ii} = 0,9778, sedangkan pada r -tabel product moment diketahui bahwa dengan $n = 16$ harga r 0,05 atau dengan tingkat kepercayaan 95% adalah 0,497. Dengan demikian maka r_{ii} untuk variabel kepercayaan diri lebih besar dari r -tabel. Hal ini menunjukkan bahwa instrument penelitian ini dapat dipercaya atau reliable.

b. Alat ukur prestasi

Alat ukur yang penulis gunakan adalah metode observasi, dengan cara mengklasifikasikan/mengkatagorikan hasil akhir berupa prestasi yang diraih atlet dalam salah satu kejuaraan “walikota cup 2011 se-Kota Bandung”. Pengukurannya dilakukan dengan menggunakan cara penilaian bersekala (rating scale). Metode penilaian rating scale cocok digunakan untuk menilai perilaku seseorang atau

performance, dilakukan dalam bentuk point yang tersebar secara *continues* atau dalam bentuk katagori dengan karakteristiknya (tes dan pengukuran, 2007: 357).

Bentuk format penilaian prestasi

Bagan 3.8

No	Nama	Prestasi yang diraih				
		I (5)	II (4)	III (3)	S F (2)	P F (1)

Keterangan :

S F : Semi Final

P F : Perempat Final

E. Prosedur Pengolahan Data

1. Menghitung rata-rata dan simpangan baku tiap variabel penelitian dengan rumus:

- Menghitung rata-rata

$$\bar{X} = \frac{\sum Xi}{n}$$

Keterangan:

\bar{X} = Rata-rata yang dicari

$\sum X$ = Jumlah skor yang diperoleh

N = Jumlah sampel.

- Menghitung simpangan baku

$$S = \frac{\sqrt{\sum (X_i - \bar{X})^2}}{n-1}$$

Keterangan:

S = Simpangan baku yang dicari.

$\sum (X_i - \bar{X})^2$ = Jumlah skor dikurangi rata-rata.

n = Jumlah sampel.

2. Uji Normalitas

Uji normalitas data dari setiap tes dengan menggunakan uji kenormalan

Liliefors. Langkah-langkahnya sebagai berikut:

- a) Pengamatan X_1, X_2, \dots, X_n dijadikan bilangan baku Z_1, Z_2, \dots, Z_n

dengan menggunakan rumus:

$$Z_i = \frac{X_i - \bar{X}}{S}$$

(\bar{X} dan S masing-masing merupakan rata-rata dan simpangan baku dari sampel)

- b) Untuk tiap bilangan baku ini menggunakan daftar distribusi normal baku kemudian dihitung peluang $F(Z_i) = P(R < Z_i)$.

- c) Selanjutnya dihitung proporsi $Z_1, Z_2 \dots, Z_n < Z_i$. Jika proporsi ini dinyatakan oleh $S(Z_i)$, maka:

$$S(Z_i) = \frac{\text{Banyaknya } Z_1, Z_2, \dots, Z_n < Z_i}{n}$$

- d) Menghitung selisih $F(Z_i) - S(Z_i)$ kemudian dihitung harga mutlaknya.
- e) Ambil harga mutlak yang paling besar diantara harga-harga mutlak tersebut. Tentukan harga terbesar atau L_0 . Kriteria Uji Normalitas Liliefors, adalah sebagai berikut:

- Hipotesis diterima apabila $L_0 < L$, Kesimpulannya populasi distribusi normal.
- Hipotesis ditolak apabila $L_0 > L$, Kesimpulannya populasi distribusi tidak normal.

3. Menghitung koefisien korelasi antara variable X dan Y dengan rumus:

$$r_{xy} = \frac{\sum X_1 Y_1}{\sqrt{(\sum X_1)^2 (\sum Y_1)^2}}$$

Keterangan:

r_{xy} = korelasi antara variabel (x) dan variabel (y)

X_1 = perbedaan antara tiap skor dengan nilai rata – rata dari variabel (x)

Y_1 = perbedaan antara tiap skor dengan nilai rata – rata dari variabel (y)

4. Menguji signifikansi koefisien korelasi antara variabel X dan Y dengan pendekatan rumus uji-t:

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Keterangan:

t = nilai hitung yang dicari.

r = koefisien korelasi variabel.

n = banyaknya sampel.

5. Menguji korelasi ganda (multiple), dengan menggunakan rumus:

$$R_{YX_1X_2} = \sqrt{\frac{r^2_{YX_1} + r^2_{YX_2} - 2r_{YX_1}r_{YX_2}r_{X_1X_2}}{1 - r^2_{X_1X_2}}}$$

Keterangan:

$R_{YX_1X_2}$ = Koefisien korelasi ganda antara variabel X_1 dan X_2 secara bersama – sama dengan variabel Y

r_{YX_1} = Koefisien korelasi antara Y dan X_1

r_{YX_2} = Koefisien korelasi antara Y dan X_2

$r_{X_1X_2}$ = Koefisien korelasi antara X_1 dan X_2

6. Uji kebermaknaan (Signifikasi) koefisien korelasi ganda dengan rumus:

$$F = \frac{R^2 ./ k}{(1 - R^2) / (n - k - 1)}$$

Keterangan:

F = F hitung yang dicari.

R = Koefisien korelasi berganda.

k = Jumlah variabel bebas.

n = Jumlah sampel.

7. Menghitung determinan, Guna mengetahui seberapa besar kontribusi dari tiap-tiap variabel terikat dengan menggunakan rumus :

$$D = r^2 \times 100\%$$

Keterangan :

D = persentase yang dicari

r^2 = kuadrat dari korelasi