

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Berhasil tidaknya suatu penelitian tergantung dari metode yang digunakan. Metode penelitian menurut Sugiyono (2018, hlm 2) “Cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu”. Berdasarkan kutipan tersebut, maka metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Menurut Arikunto (2019, hlm 20) menjelaskan bahwa “Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal lain-lain yang sudah disebutkan”. Metode penelitian merupakan hal yang mendasar dan langkah awal peneliti ketika melakukan penelitian agar memiliki acuan untuk pengumpulan data dan dilakukan pengolahan secara sistematis untuk menciptakan kondisi yang menguntungkan bagi peneliti untuk melakukan penelitiannya.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif deskriptif menggunakan pendekatan korelasional. Menurut Arikunto (W. R. Saputra 2019, hlm 38) “Korelasional adalah penelitian yang digunakan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan atau manipulasi terhadap data yang memang sudah ada”. Penulis memilih metode deskriptif dalam penelitian ini berdasarkan pada pertimbangan bahwa tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui, mencari informasi atau mengungkap kontribusi Konsentrasi dan percaya diri terhadap hasil *free throw* bola basket pada atlet ekstrakurikuler bola basket putri SMP Negeri 1 Tasikmalaya. Dengan demikian penulis berupaya untuk menggambarkan fenomena tentang kontribusi Konsentrasi dan percaya diri terhadap hasil *free throw* bola basket.

3.2 Variabel Penelitian

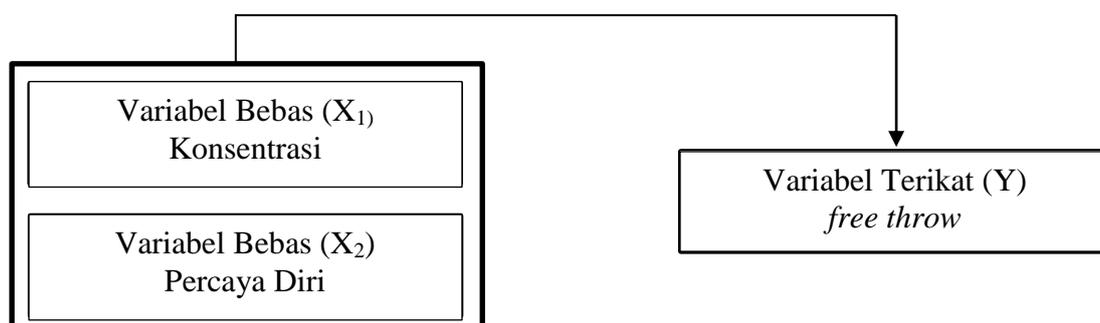
Dalam suatu penelitian selalu digunakan variabel penelitian. Pengertian variabel Menurut Sugiyono (2018, hlm 69) “variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai

variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.

Berdasarkan definisi variabel di atas, dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas (X), dan variabel terikat (Y). Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat (dependen). Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (independen). Adapun variabel-variabel tersebut adalah:

- 1) Variabel Bebas (X)
 - a) Variabel Bebas/Independen Kesatu (X_1) adalah Konsentrasi.
 - b) Variabel Bebas/Independen Kedua (X_2) adalah Percaya Diri.
- 2) Variabel Terikat/Dependen (Y)

Variabel Terikat/Dependen (Y) adalah *free throw* dalam permainan bola basket.



Gambar 3.1 Konstelasi Variabel Penelitian

Sumber : (Abdul Narlan, 2018)

3.3 Populasi dan Sampel

Populasi adalah suatu kelompok subjek yang akan dijadikan objek penelitian. Pengertian populasi menurut Sugiyono, (2018 hlm 285) adalah “wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Berdasarkan pendapat tersebut populasi dalam penelitian ini yaitu siswi ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1 Tasikmalaya berjumlah 25 orang.

Penelitian ini juga memerlukan sampel, sampel ini adalah bagian dari populasi. Menurut Sugiyono, (2018 hlm 286) “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sedangkan ukuran sampel merupakan suatu langkah untuk menentukan besarnya sampel yang diambil dalam melaksanakan suatu penelitian”. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, menurut Sugiyono, (2018 hlm 287) “*Purposive Sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”. Alasan penulis menggunakan teknik sampling ini karena obyek yang diteliti berkaitan dengan ketepatan *shooting* yang cukup baik dalam permainan bola basket maka yang dijadikan sampel adalah 15 anggota ekstrakurikuler basket putri SMP Negeri 1 Tasikmalaya.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah siswa/siswi yang mengikuti ekstrakurikuler basket putri di SMP Negeri 1 Tasikmalaya sebanyak 15 orang dengan kriteria atlet yang aktif mengikuti ekstrakurikuler basket dan memiliki ketepatan *free throw* yang cukup baik menurut pelatih.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik tes dan pengukuran. adapun proses pengumpulan data adalah sebagai berikut :

3.5.1 Studi lapangan (*field reseach*), pengumpulan data dengan cara pengamatan langsung ke lapangan untuk memperoleh data mengenai konsentrasi dan percaya diri terhadap hasil *free throw* bola basket pada siswa ekstrakurikuler bola basket putri SMP Negeri 1 Tasikmalaya.

3.5.2 Studi kepustakaan, yaitu teknik pengumpulan data dengan cara membaca buku atau sumber-sumber lain yang menunjang penelitian ini.

3.5 Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini, diperlukan suatu instrument penelitian. Sugiyono, (2018 hlm 222)“instrument penelitian adalah uji validitas dan reliabilitas instrument dan kualitas pengumpulan data berkenaan ketepatan cara-cara yang digunakan untuk mengumpulkan data”. Jenis instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah konsentrasi (X1)

menggunakan *grid concentraton test*, Angket percaya diri (X2) dan *shooting free throw*. Berikut penjelasan dari instrumen yang peneliti gunakan didalam penelitian ini:

3.5.1 Tes Konsentrasi

Menurut William (Azmi & Bawono 2020, hlm 39)“untuk mengukur tingkat konsentrasi menggunakan bentuk *Grid Concentration Test*, karena tes ini berfungsi untuk mengukur tingkat konsentrasi”. Instrumen tes ini memperhatikan 2 digit angka yang terdiri dari angka 00 sampai dengan 99 yang diletakkan secara acak pada 10 baris x 10 kolom.

Tabel 3.1. *Grid Concentration Test*

66	55	62	70	74	95	54	41	18	36
07	76	32	00	88	78	08	91	27	42
22	25	72	31	96	52	39	03	93	15
40	43	14	71	20	77	65	59	81	30
50	35	53	33	23	57	05	94	13	26
56	79	19	12	83	87	09	64	46	69
73	99	82	48	01	16	79	45	28	98
60	51	17	85	44	80	89	38	04	63
34	75	24	11	49	90	29	37	92	58
10	06	67	86	68	02	61	84	21	47

(Sumber: William (Azmi & Bawono, 2020))

Dalam melakukan tes ini, ada fasilitas dan perlengkapan yang diperkan, antara lain :

1. Ruangan
2. Alat tulis
3. Lembar tes
4. *Stopwatch*

Adapun langkah-langkah melakukan grid test antara lain:

1. Dalam pelaksanaan tes ini, sampel duduk di tempat yang sudah disediakan dengan jarak masing-masing sampel 2 meter.
2. Testee mengisi biodata yang telah disediakan.
3. Setiap testee menemukan angka atau mengurutkan angka dari 00, 01, 02, 03 dan seterusnya dengan secepat mungkin, secara berurutan dari yang terkecil hingga terbesar dengan cara menghubungkan angka dengan garis baik horizontal atau vertical

Contoh :

Tabel 3.2 Contoh Pengisian *Grid Concentration Test*

04	05	2	4	7	8	4	02	1
9	4	2	4	5	3	1	7	4
05	12	01	19	25	00	23	37	16

(Sumber: William (Azmi & Bawono, 2020))

1. Waktu yang diberikan untuk mengisi adalah satu menit.
2. Penilaian diambil dari angka yang terhubung dengan benar, yang dicapai oleh sampel. Bila *testee* nilainya rendah maka tingkat konsentrasinya rendah, begitupun sebaliknya. Kriteria tes penilaiannya yaitu:

Tabel 3.3 : Kriteria Penilaian

(Sumber: William (Azmi & Bawono, 2020))

Norma Tes Konsentrasi		
No	Nilai	Kategori
1.	0-5	Kurang Sekali
2.	6-10	Kurang
3.	11-15	Cukup
4.	16-20	Baik
5.	>20	Baik Sekali

3.5.2 Tes Percaya Diri

Intrumen tes percaya diri yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket yang sudah dialih bahasakan oleh Gufron dan Risnawita. Hasil dari

pengukuran percaya diri digunakan sebagai pengelompokan anggota sampel yaitu percaya diri tinggi dan percaya diri rendah.

a. Definisi konseptual

Percaya diri adalah percaya pada kemampuan sendiri bahwa mampu memberikan performa yang baik akan mencapai prestasi yang tinggi dengan indikator sebagai berikut : memiliki konsep diri, penghargaan diri/ harga diri, melakukan kontrol diri, membangun gambaran diri/ citra diri, dan prestasi tinggi.

b. Definisi operasional

Secara operasional percaya diri dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan rentang skor atau nilai. Proses dari penyusunan kuisisioner diawali dengan kegiatan menentukan indikator yaitu :

1. Memiliki konsep diri, a.) keyakinan cita-cita b.) bakat yang dimiliki.
2. Penghargaan diri/harga diri, a.) usaha memperoleh pengakuan b.) reputasi
3. Melakukan kontrol diri, a.) kepekaan menguasaiemosi b.) kemampuan instropeksi diri c.) kekecewaan dan rasa bersalah. d.) konflik bathin
4. Membangun gambaran diri/citra diri a.) kemampuan mengimajinasikan diri di masa yang akan datang. b.) kemampuan membangun harapan orang lain.
5. Prestasi tinggi a.) potensi yang dimiliki b.) persiapan yang dilakukan c.) dukungan sosial d.) penghargaan.

Penelitian merumuskan instrumen atau alat ukur percaya diri berupa angket. Angket yang dimaksud nantinya berupa kuesioner dalam bentuk pertanyaan. Peyusunan angket berpedoman kepada skala Likert yang berguna untuk menyatakan besarnya persetujuan responden terhadap pertanyaan-pertanyaan yang diberikan yang terdiri dari 5 alternatif jawaban. Jawaban item pertanyaan diukur dengan lima tingkat skala yaitu : a.Sangat Setuju,b.Setuju, c.Kurang Setuju, c.Tidak Setuju, d.Sangat tidak Setuju.

Tabel 3.4: Pembobotan Masing-masing Options

No.	Alternatif Jawaban	Skor
-----	--------------------	------

		Pernyataan (+)	Pernyataan (-)
1	Sangat Setuju (SS)	5	1
2	Setuju (S)	4	2
3	Kurang Setuju (KS)	3	3
4	Tidak Setuju (TS)	2	4
5	Sangat Tidak Setuju (STJ)	1	5

Tabel 3.5: Kisi-kisi Instrumen Percaya Diri

No	Indikator	Sub Indikator	Nomor Butir Pertanyaan		Jumlah Butir
			Positif	Negatif	
1.	Memiliki konsep diri	1. keyakinan cita-cita	1, 2, 3		3
		2. Bakat yang dimiliki	4, 5		2
2.	Penghargaan diri/Harga diri	1. Usaha memperoleh pengakuan	6, 7		2
		2. Reputasi	8, 9		2
3.	Melakukan kontrol diri	1. Kepekaan menguasai emosi	10, 11		2
		2. Kemampuan introspeksi diri	15	12,13,14	4
		3. Kekecewaan dan rasa bersalah	17	16	2
		4. Konflik batin	18, 19		2
4.	Membangun gambaran diri/citra diri	1. Kemampuan mengimajinasikan diri di masa yang akan datang	20, 21		2
		2. Kemampuan membangun harapan orang lain	22,23,22 5,26		5
5.	Prestasi diri	1. Potensi yang dimiliki	27, 28		2
		2. Persiapan yang dilakukan	29, 30		2
		3. Dukungan sosial	31, 32,33		3

		4. Informasi tentang lawan & goal Setting	34	35	2
		5. Penghargaan	36, 37	38	3
Jumlah			32	6	38

Sumber : Lauster (Ghufron & Risnawita, 2012)

c. Pengujian Validitas dan Perhitungan Reliabilitas

Proses pengembangan instrumen percaya diri, dimulai dengan menyusun instrumen berbentuk skala *Likert* sebanyak 38 butir pertanyaan yang mengacu pada indikator variabel percaya diri, kemudian instrumen di uji coba kepada 30 orang responden yang di ambil secara random.

Proses uji validasi dilakukan dengan menganalisis data hasil uji coba instrumen untuk menguji validitas, dalam hal ini validitas butir instrumen yaitu validitas internal (validitas kriteria) dengan menggunakan koefisien korelasi antara skor butir dengan skor total instrumen. Statistik yang digunakan adalah koefisien korelasi Produk Moment dari Person.

$$r_{xy} = \frac{N (\sum XY) - (\sum x) (\sum y)}{\sqrt{\{ (N (\sum x^2) - (\sum x)^2) \{ n(\sum y^2) - (\sum y)^2 \} \}}}$$

Keterangan:

r_{xy} = koefisien korelasi

$N = n$ = banyaknya observasi

X = skor butir

Y = skor total

Kriteria yang digunakan untuk uji validitas butir menggunakan rujukan r_{tabel} dengan $\alpha = 0.05$, jika r_{hitung} lebih besar dari atau sama dengan r_{tabel} ($r_{\text{hitung}} \geq r_{\text{tabel}}$), maka butir instrumen dianggap valid. Sebaliknya jika r_{hitung} lebih kecil dari atau sama dengan r_{tabel} ($r_{\text{hitung}} \leq r_{\text{tabel}}$), maka butir instrumen dianggap tidak valid dan selanjutnya di *drop* atau tidak digunakan.

Instrumen yang dianggap valid selanjutnya dicari reliabilitasnya dengan menggunakan koefisien *alpha* (*Alpha Cronbach*). Adapun rumus yang digunakan adalah :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum S_b^2}{\sum S_{tot}^2} \right)$$

Dimana:

r_{11} = koefisien reliabilitas instrumen

k = banyaknya butir pertanyaan

$\sum S_b^2$ = total varians butir

$\sum S_{tot}^2$ = varians total

Sedangkan rumus untuk varians total dan varians item adalah:

$$S_b^2 = \frac{\sum x^2}{n} - \left(\frac{\sum x}{n} \right)^2$$

Dimana:

S_b^2 = total varians butir

$\sum x^2$ = jumlah kuadrat seluruh skor butir

$\sum x$ = jumlah kuadrat subyek

Hasil analisis koefisien reliabilitas instrumen variable ini setelah dikurangi dengan butir yang gugur akan diperoleh besarnya koefisien reliabilitas.

Uji reliabilitaas dilakukan untuk mengetahui tingkat kehandalan atau konsisten dari kuesioner. Dalam penelitian ini variabel dikatakan realibel jika memiliki nilai *Alpha Cronbach* $\geq 0,60$, dan begitu juga sebaliknya.

Hasil Uji Reliabilitas Variabel Percaya Diri

No.	Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>Alpha</i>	Keterangan
1	Percaya diri	0,885	$\geq 0,60$	Reliabel

Tabel 3.8. Hasil Uji Instrumen Percaya Diri

Sumber : Data Primer Diolah, 2019.

Berdasarkan diperoleh bahwa variabel percaya diri dinyatakan reliabel. Hal ini berarti kuesioner yang digunakan memiliki kehandalan sebagai alat ukur. Dari hasil uji validitas dan uji reliabilitas menunjukkan bahwa kuesioner layak digunakan dalam penelitian ini.

3.6.3 Tembakan Bebas (*Free Throw*)

Teknik *free throw* yang mengacu pada buku tes pengukuran pendidikan olahraga oleh Nurhasana dan Abdul Narlan (2017 hlm 174).

- 1) Tujuan : untuk mengetahui kemampuan seseorang dalam melakukan *shooting free throw*
- 2) Alat yang digunakan :
Lapangan dan ring basket, bola basket, blangko mencatat hasil tes, dan alat tulis.
- 3) Pelaksanaan : Tes *shooting* bola basket dilakukan dengan sampel berdiri di daerah hukuman; mendengar peluit maka siswa melakukan *shooting*; tidak boleh menginjak atau melewati garis sebelum bola lepas dari tangan; dilakukan 10 kali; setiap bola masuk di beri skor satu, skor tes adalah jumlah bola yang sah masuk ke ring.
- 4) Skor : setiap bola yang masuk diberi skor 1.

Tabel 3.9. Tabel Penilaian Tembakan Bebas (*Free Throw*)

No	Sampel	Penilaian										Total	Rata-rata
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													

7.													
8.													
9.													
10.													
11.													
12.													
13.													
14.													
15.													

3.6 Teknik Analisis Data

Langkah-langkah dalam menganalisis data dilakukan setelah data terkumpul melalui pengisian kuesioner (angket), pengetesan dan pengukuran. Dalam hal ini data diperoleh melalui kuesioner (angket), tes konsentrasi, dan tes keterampilan *shooting (free throw)*. Setelah data terkumpul, selanjutnya adalah mengolah dan menganalisis data dengan prosedur penghitungan statistika yang relevan.

Untuk mengolah dan menganalisis data digunakan rumus statistik. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan rumus statistik menurut Narlan dan Juniar (2021) sebagai berikut:

- 1) Menghitung skor rata-rata (*mean*) dari masing-masing data, rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$\bar{X} = X_0 + P \left[\frac{\sum f_i c_i}{\sum f_i} \right]$$

Keterangan:

\bar{X} = Nilai rata-rata yang dicari

X_0 = Titik tengah panjang interval

P = Panjang kelas interval

\sum = Jumlah

f_i = Frekuensi

C_i = Deviasi atau simpangan

- 2) Menghitung standar deviasi atau simpangan baku, dengan rumus sebagai berikut:

$$S = P \sqrt{\frac{n \sum f_i c_i^2 - (\sum f_i c_i)^2}{n(n-1)}}$$

Keterangan:

S = Simpangan baku yang dicari

P = Panjang kelas interval

\sum = Sigma atau jumlah

C_i = Deviasi atau simpangan

n = Jumlah sampel

- 3) Uji Normalitas dengan menggunakan Uji *Liliefors* dikarenakan jumlah sampel ≤ 30 , dengan rumus sebagai berikut.

$$L_0 = [F(Z_i) - S(Z_i)]$$

F = Signifikan

$F = (Z_i) = Z$ Skor

$S = (Z_i) =$ Simpangan Baku

Jika data normal menggunakan rumus *product moment*, apabila tidak normal maka menggunakan *spearman*.

- 4) Menghitung koefisien korelasi menggunakan *spearman* atau *product moment*, apabila tidak normal menggunakan *spearman* rumus yang digunakan adalah:

$$r = 1 - \frac{6 \sum b^2}{n(n^2-1)}$$

Keterangan:

r = Nilai koefisien korelasi yang dicari

b = Beda ranking

n = Jumlah sampel

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2][n \sum y^2 - (\sum y)^2]}} = \text{Rumus Product Moment}$$

Keterangan:

R_{xy} = Koefisien korelasi r person

n = Jumlah sampel/observasi

x = Variabel bebas/variabel pertama

y = variabel terikat

- 5) Mencari nilai korelasi berganda (*multiple correlation*) dengan menggunakan rumus-rumus sebagai berikut:

$$R_{y.X_1X_2} = \sqrt{\frac{r_{yX_1}^2 + r_{yX_2}^2 - 2r_{yX_1}r_{yX_2}r_{X_1X_2}}{1 - r_{X_1X_2}^2}}$$

Keterangan:

$R_{y.X_1X_2}$ = Koefisien korelasi ganda

r_{yX_1} = Koefisien korelasi X_1 dengan Y

r_{yX_2} = Koefisien korelasi X_2 dengan Y

r_{yX_1} = Koefisien korelasi X_1 dengan Y

$r_{X_1X_2}$ = Koefisien korelasi X_1 dengan X_2

- 6) Menguji kebermaknaan korelasi berganda, rumus yang digunakan sebagai berikut:

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

Keterangan:

F = Nilai signifikan yang dicari

R^2 = Korelasi berganda

K = Banyaknya variabel bebas

n = Jumlah sampel

Untuk menguji kebermaknaan korelasi digunakan statistik F dan K menyatakan banyaknya variabel bebas dan n menyatakan ukuran sampel. Statistik F ini berdistribusi F dengan derajat kebebasan pembilang (V_1)= banyak variabel bebas dan derajat kebebasan penyebut (V_2)= $n-K-1$. Hipotesis pengujian adalah apabila F_{hitung} lebih kecil atau sama dengan F_{tabel} . Maka hipotesis bisa diterima dan dalam hal lainnya hipotesis ditolak.

- 7) Mencari presentase dukungan ketiga variabel bebas terhadap variabel terikat digunakan rumus determinasi, rumus yang digunakan adalah:

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

D = Determinasi

R = Nilai koefisien korelasi

Tabel 3.10 : Interpretasi Koefisien Korelasi Menurut Guildford

(Sumber: Narlan & Juniar, 2021)

Koefisien Korelasi	Interpretasi
0,00-0,19	Hubungan sangat lemah (diabaikan, dianggap tidak ada)
0,20-0,39	Hubungan rendah
0,40-0,69	Hubungan sedang atau cukup
0,70-0,89	Hubungan kuat atau tinggi
0,90-1,00	Hubungan sangat kuat atau sangat tinggi

3.7 Langkah-langkah Penelitian

1. Tahap Persiapan

- a. Observasi ke tempat penelitian yaitu SMP Negeri 1 Tasikmalaya..
- b. Menyusun proposal penelitian yang dibantu oleh dosen pembimbing.
- c. Seminar penelitian
- d. Pengurusan surat-surat rekomendasi penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan

a. Memberikan pengarahan kepada sampel mengenai proses pelaksanaan konsentrasi, percaya diri dan *free throw*. Melakukan tes dan hasilnya dicatat.

3. Tahap Akhir

a. Melakukan pengolahan data penelitian dengan menggunakan rumus-rumus statistik.

b. Menyusun draf skripsi lengkap dengan hasil penelitian kemudian melakukan bimbingan kepada dosen pembimbing skripsi yang telah ditetapkan Dewan Bimbingan Skripsi (DBS).

c. Melakukan ujian siding skripsi apabila skripsi dinyatakan telah memenuhi syarat untuk mengikuti ujian siding skripsi.

3.8 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2023. Adapun yang menjadi objek penelitian adalah atlet ekstrakurikuler bola basket putri SMP Negeri 1 Tasikmalaya, tempat di lapangan basket (*outdoor*) Dadaha Nagarawangi, Kecamatan Cihideung, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat 46124.

Tabel 3.10 Waktu dan Tempat Penelitian

	Januari	Februari	Mei	Juni
Observasi				
Menyusun Instrumen				
Seminar Proposal				
Penelitian				
Pengolahan data				