

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan hal dasar dan sebagai langkah awal dalam melakukan penelitian sehingga mempunyai acuan untuk mendapatkan dan mengolah data yang dilakukan secara sistematis. Menurut Sugiyono (2017), “metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu” (hlm. 2). Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dan dijelaskan oleh Sugiyono (2017), “metode kuantitatif ini sebagai metode ilmiah/scientific karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional dan sistematis” (hlm. 7).

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan survei yang digunakan oleh peneliti dengan memberikan angket sebelum pertandingan dilaksanakan, yang diisi oleh 13 orang atlet Ekstrakurikuler futsal putri SMPN 16 Tasikmalaya sesuai dengan daftar susunan pemain yang mengikuti pertandingan Liga Futsal Pendidikan Kota Tasikmalaya.

3.2 Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2017) “variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya” (hlm. 38). Menurut Nawawi dan Martini Hadari dalam (Nugraheni, 2013) “variabel tunggal adalah variabel yang hanya mengungkapkan variabel untuk mendeskripsikan unsur atau faktor-faktor di dalam setiap gejala yang termasuk variabel tersebut”. Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal yaitu Tingkat Kecemasan Atlet Ekstrakurikuler Futsal Putri SMPN 16 Tasikmalaya Pra Pertandingan.

3.3 Populasi dan Sampel

Populasi merupakan subjek dan objek yang akan diteliti langsung terhadap semua yang telah dirancang sedemikian rupa untuk menghasilkan hasil akhir yang diinginkan oleh peneliti. Populasi menurut Sugiyono (2017), “wilayah generalisasi

yang terdiri atas subyek/obyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya” (hlm. 80) Sampel menurut Sugiyono (2017), “bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut” (hlm. 81). Berdasarkan pendapat tersebut populasi dalam penelitian ini yaitu Atlet Ekstrakurikuler Futsal Putri SMPN 16 Tasikmalaya yang terpilih mengikuti Liga Futsal Pendidikan Kota Tasikmalaya sebanyak 15 orang.

Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, dan teknik sampel ini merupakan bagian dari *nonprobability* sampling, menurut Sugiyono (2017) “sampling purposive adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”. (hlm. 82) alasan penulis menggunakan teknik sampling ini karena obyek yang diteliti adalah atlet yang masuk susunan pemain dalam pertandingan maka subyek yang dijadikan sampel adalah Atlet Ekstrakurikuler Futsal Putri SMPN 16 Tasikmalaya pada pertandingan Liga Futsal Pendidikan Kota Tasikmalaya, Berdasarkan penjelasan tersebut, maka sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah atlet Ekstrakurikuler Futsal Putri SMPN 16 Tasikmalaya pada Liga Pendidikan Futsal Kota Tasikmalaya sebanyak 13 orang dengan kriteria khusus atlet yang masuk susunan pemain yang dipilih oleh pelatih.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian, teknik pengumpulan data adalah hal yang penting, untuk mendapatkan data dalam penelitian maka harus mengetahui metode pengumpulan data yang digunakan dan harus sesuai dengan apa yang diteliti. Menurut Sugiyono (2017) “teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data” (hlm. 224).

Dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik pengumpulan data kuisisioner/angket. Menurut Sugiyono (2017) “kuisisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya” (hlm. 142) Teknik pengumpulan datanya sebagai berikut:

- a) Peneliti meminta identitas responden atlet Ekstrakurikuler Futsal Putri SMPN 16 Tasikmalaya
- b) Peneliti memberikan kuisisioner penelitian untuk diisi oleh responden
- c) Peneliti mengumpulkan kuisisioner setelah diisi lengkap.

Jadi untuk pelaksanaan penelitian ini teknik analisis data akan di lakukan secara langsung dengan pengisian kuisisioner yang di isi oleh responden.

3.5 Instrumen Penelitian

Meneliti adalah melakukan pengukuran, maka harus ada alat ukur yang baik. Alat ukur dalam penelitian inilah yang biasanya dinamakan instrumen penelitian. Sejalan dengan penelitian tersebut, Sugiyono (2017) menjelaskan bahwa instrument penelitian adalah “suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati” (hlm. 102).

Dalam penelitian ini menggunakan kuisisioner/angket untuk mengumpulkan data. Selain itu dengan angket lebih memberikan kesempatan kepada atlet sebagai responden untuk memberikan informasi yang baik dan benar. Alternatif jawaban dalam angket ini menggunakan skala Likert. Menurut Sugiyono (2017) “skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam penelitian, fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut variabel penelitian. Dengan skala likert maka variabel yang diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrument yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan” (hlm. 93). Alur skala Likert pada penelitian ini yaitu meliputi Selalu (S), Sering (SR), Kadang – Kadang (KK) dan Tidak Setuju (TS).

Tabel 3.1 Kisi – Kisi Instrumen Penelitian

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Butir Pernyataan		
			Positif	Negatif	
Tingkat Kecemasan Atlet Ekstrakurikuler Futsal Putri SMPN 16 Tasikmalaya Pra Pertandingan. (Ruhmasyah, 2017)	Gejala Fisik	Tangan menjadi dingin	7	1,2	
		Meningkatnya frekuensi buang air kecil	15	3	
		Berkeringat	30	5,6	
		Penglihatan samar-samar	4	8,9	
		Susah tidur	28	11,12	
		Mulut kering	10	14	
		Denyut nadi meningkat	26	16	
		Badan terasa tidak nyaman	33	31	
	Gejala Psikis	Perhatian dan konsentrasi yang berkurang	13	18,19,20	
		Menurunnya rasa percaya diri	21	22,23,25	
		Gugup	24	27	
		Khawatir	17	29	
		Perasaan tertekan dari adanya suara-suara teriakan penonton	32	34	
	Jumlah			34	

Tabel 3.2 Butir Pernyataan Angket

No.	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		S	SR	KK	TS
1.	Tangan saya terasa dingin sesaat sebelum pertandingan				
2.	Tangan saya bergetar sesaat sebelum pertandingan				
3.	Saya selalu merasa ingin pergi ke kamar kecil sesaat sebelum pertandingan				
4.	Saya merasa penglihatan saya tajam pada saat akan menghadapi pertandingan				

5.	Saya selalu mengeluarkan keringat yang berlebihan sesaat sebelum pertandingan				
6.	Badan saya mengeluarkan keringat dingin sesaat sebelum pertandingan				
7.	Tangan saya berada pada suhu normal sesaat sebelum pertandingan				
8.	Penglihatan saya samar-samar pada saat akan menghadapi pertandingan				
9.	Saya merasa pusing pada saat akan menghadapi pertandingan				
10.	Mulut saya tidak kering dan tidak berwarna pucat sesaat sebelum pertandingan				
11.	Menjelang pertandingan (malam sebelum pertandingan), saya selalu mengalami susah tidur				
12.	Saya tidak tenang pada saat tidur sebelum pertandingan				
13.	Saya dapat berkonsentrasi dengan baik saat sebelum pertandingan				
14.	Mulut saya terasa lebih kering sesaat sebelum menghadapi pertandingan				
15.	Saya tidak ingin buang air kecil karena gelisah sesaat sebelum pertandingan				
16.	Jantung saya berdebar kencang pada saat akan menghadapi pertandingan				
17.	Saya merasa tenang pada saat sebelum pertandingan				
18.	Saya selalu mengalami gangguan konsentrasi saat akan bertanding				
19.	Saya selalu sulit fokus pada saat sebelum pertandingan				
20.	Saya sering melamun sesaat sebelum pertandingan				
21.	Saya merasa percaya diri sesaat sebelum pertandingan				
22.	Saya merasa takut kalah sesaat sebelum pertandingan				
23.	Saya merasa takut membuat kesalahan pada saat pertandingan berlangsung				
24.	Saya merasa rileks pada saat akan menghadapi pertandingan				
25.	Saya merasa ragu dengan kemampuan yang saya miliki sesaat sebelum pertandingan				

26.	Denyut jantung saya mengalami peningkatan yang stabil dan tidak berdebar-debar saat akan menghadapi pertandingan				
27.	Saya merasa gugup sebelum pertandingan dimulai				
28.	Menjelang pertandingan (malam sebelum pertandingan), saya bisa tidur pulas				
29.	Saya merasa tidak tenang ketika memasuki lapangan				
30.	Saya tidak berkeingot dingin sesaat sebelum pertandingan				
31.	Saya merasa gugup dan grogi sehingga badan saya gemetar sesaat sebelum menghadapi pertandingan				
32.	Saya merasa dukungan dari penonton membuat saya semakin bersemangat ketika memasuki lapangan				
33.	Badan saya terasa nyaman dan siap bertanding, sehingga memungkinkan untuk meraih hasil yang maksimal				
34.	Saya merasa tekanan (teriakan-teriakan) dari penonton akan mengganggu penampilan saya ketika memasuki lapangan				

Alternatif jawaban dalam angket ini menggunakan skala *Likert*. Menurut Sugiyono (2017) “skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam penelitian, fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut variabel penelitian. Dengan skala *likert* maka variabel yang diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrument yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan” (hlm. 93). Alur skala *Likert* pada penelitian ini yaitu meliputi Selalu (S), Sering (SR), Kadang – Kadang (KK), dan Tidak Setuju (TS).

Tabel 3.3 Alternatif Jawaban Angket

Alternatif Jawaban			
Selalu	Sering	Kadang-Kadang	Tidak Setuju
4	3	2	1
1	2	3	4

Berikut penjelasan skor pernyataan positif dan negatif yang terdapat pada tabel diatas yaitu untuk skor positif pada $S = 4$, $SR = 3$, $KK = 2$, dan $TS = 1$. Dan untuk skor negatif yaitu pada $S = 1$, $SR = 2$, $KK = 3$, dan $TS = 4$

3.6 Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif metode deskriptif, analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Menurut Sugiyono (2017) “mengelompokan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data setiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan” (hlm. 147).

Menurut Arikunto (2014) “Data kuantitatif yang dikumpulkan dalam penelitian korelasional, komparatif, atau eksperimen diolah dengan rumus-rumus statistik yang sudah disediakan” (hlm. 282). Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Seberapa besar Tingkat Kecemasan Atlet Ekstrakurikuler Futsal Putri SMPN 16 Tasikmalaya.

Pemaknaan pada skor yang telah ada, selanjutnya hasil dari analisis data dikelompokkan menjadi lima kategori yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Kriteria skor yang digunakan untuk mengkategorikan menggunakan rumus (Sudijono, 2010) yaitu:

Tabel 3.4 Norma Pengkategorian

Interval	Kategori
$X > M + 1,5SD$	Sangat Tinggi
$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5SD$	Tinggi
$M - 0,5SD < X \leq M + 0,5 SD$	Cukup
$M-1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang
$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Kurang

Keterangan:

- X : Total Jawaban
- M : Mean (Rata-rata)
- SD : Standar Devisi

1) Uji Validitas Data

Untuk mengetahui validitas ini digunakan rumus Korelasi Product Moment yaitu dengan cara mengkorelasikan jumlah skor butir dengan jumlah skor total (Corrected Item-Total Correlation) dengan rumus dibawah ini :

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

Keterangan:

R_{xy} = Koefisien korelasi moment tangkar (korelasi product moment)

N = Jumlah Responden

$\sum xy$ = Jumlah perkalian antara skor x dan y

$\sum x^2$ = Jumlah x kuadrat

$\sum y^2$ = Jumlah y kuadrat

$\sum x$ = Jumlah x (jumlah skor butir)

$\sum y$ = Jumlah y (jumlah skor total)

2) Uji Reliabilitas

Realibilitas adalah konsistensi dari serangkaian serangkaian alat ukur. “Realibilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan suatu alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah cukup baik” (Arikunto S, 2013).

Penggunaan teknik uji reabilitas dengan rumus alpha pada penelitian ini alasannya adalah data yang diambil melalui angket/kuisisioner. Indikator yang terdapat pada kuisisioner yang akan dijadikan sebagai instrumen dalam penelitian tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lain. Adapun rumus yang digunakan adalah rumus Alpha Cronbach (Arikunto, 2013) sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma^2 t} \right]$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas tes secara keseluruhan

k = Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma b^2$ = Jumlah varians butir

$\sigma^2 t$ = varians total

Tabel 3.5 Hasil Reliabilitas

Variabel	Alpha Cronbach	Keterangan
Tingkat Kecemasan	0,874	Reliabel

Sumber : Data diolah (MS. Excel 2013)

3) Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan *run test*, analisis *Run Test* termasuk dalam statistik nonparametrik. Uji ini digunakan untuk menguji pada kasus satu sampel. Menurut (Karmini, 2020) “teknik statistik Uji *Run (Run Test)* digunakan untuk menguji hipotesis deskriptif (satu sampel) bila datanya berbentuk ordinal. Pengujian hipotesis ditujukan untuk mengukur kerandoman populasi berdasarkan data sampel. Teknik statistik ini berdasarkan pada banyaknya run yang ditampilkan oleh suatu sampel”.

Menurut (Karmini, 2020) rumus yang digunakan jika jumlah sampel kecil (< 20):

Jika jumlah sampel kecil digunakan tabel harga kritis r untuk *Run Test* di mana

n_1 = banyaknya elemen suatu jenis.

n_2 = banyaknya elemen jenis yang lain.

Pengujian hipotesis dilakukan dengan membandingkan jumlah run dalam observasi dengan nilai pada tabel untuk *Run Test*. Kaidah keputusan:

Jika run observasi berada di antara harga pada tabel run yang kecil (Gambar 1) dan run yang besar (Gambar 2) maka H_0 diterima dan H_a ditolak (Sugiyono, 2002).

n_1	n_2																		
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
2											2	2	2	2	2	2	2	2	2
3				2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3
4			2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4
5			2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5
6		2	2	3	3	3	3	4	4	4	4	5	5	5	5	5	6	6	6
7		2	2	3	3	4	4	4	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6
8		2	3	3	3	4	4	5	5	5	6	6	6	6	7	7	7	7	7
9		2	3	3	4	4	5	5	5	6	6	6	7	7	7	7	8	8	8
10		2	3	3	4	5	5	5	6	6	7	7	7	7	8	8	8	8	9
11		2	3	4	4	5	5	6	6	7	7	7	8	8	8	9	9	9	9
12	2	2	3	4	4	5	6	6	7	7	7	8	8	8	9	9	9	10	10
13	2	2	3	4	5	5	6	6	7	7	8	8	9	9	9	10	10	10	10
14	2	2	3	4	5	5	6	7	7	8	8	9	9	9	10	10	10	11	11
15	2	3	3	4	5	6	6	7	7	8	8	9	9	10	10	11	11	11	12
16	2	3	4	4	5	6	6	7	8	8	9	9	10	10	11	11	11	12	12
17	2	3	4	4	5	6	7	7	8	9	9	10	10	11	11	11	12	12	12
18	2	3	4	5	5	6	7	8	8	9	9	10	10	11	11	12	12	13	13
19	2	3	4	5	6	6	7	8	8	9	10	10	11	11	12	12	13	13	13
20	2	3	4	5	6	6	7	8	9	9	10	10	11	12	12	13	13	13	14

Gambar 3.1 Harga-Harga Kritis r dalam Run Test Satu Sampel untuk $\alpha = 5\%$

n ₁	n ₂																			
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
2																				
3																				
4				9	9															
5			9	10	10	11	11													
6			9	10	11	12	12	13	13	13	13									
7				11	12	13	13	14	14	14	14	15	15	15						
8				11	12	13	14	14	15	15	16	16	15	16	17	17	17	17	17	
9					13	14	14	15	16	16	16	17	17	18	18	18	18	18	18	
10					13	14	15	16	16	17	17	18	18	18	19	19	19	20	20	
11					13	14	15	16	17	17	18	19	19	19	20	20	20	21	21	
12					13	14	16	16	17	18	19	19	20	20	21	21	21	22	22	
13						15	16	16	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	
14						15	16	17	18	19	20	20	21	22	22	23	23	23	24	
15						15	16	18	18	19	20	21	22	22	23	23	24	24	25	
16							17	18	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	25	
17							17	18	19	20	21	22	23	23	24	25	25	26	26	
18							17	18	19	20	21	22	23	24	25	25	26	26	27	
19							17	18	20	21	22	23	23	24	25	26	26	27	26	
20							17	18	20	21	22	23	24	25	25	26	27	27	28	

Gambar 3.2 Harga-Harga Kritis r dalam Run Test Dua Sampel untuk $\alpha = 5\%$

3.7 Langkah-langkah Penelitian

Dalam menyusun angket/kuisisioner, peneliti melakukan langkah - langkah sebagai berikut:

3.7.1 Tahap Awal

Dalam tahap awal yang pertama adalah melakukan observasi ke tempat penelitian guna meminta izin untuk melakukan penelitian, lalau menyusun proposal penelitian yang dibantu oleh dosen pembimbing, kemudian melaksanakan seminar proposal penelitian untuk memperoleh masukan-masukan dalam pelaksanaan penelitian dan pengurusan surat-surat rekomendasi penelitian.

3.7.2 Tahap Persiapan

Setelah melakukan tahap awal memasuki tahap pelaksanaan yang didalamnya membuat instrument penelitian berupa angket. Kemudian di ujikan kepada sampel dan melakukan pengambilan data dengan instrument penelitian berupa angket/kuisisioner.

3.7.3 Tahap Akhir

Di tahap akhir peneliti melakukan pengumpulan data hasil penelitian dengan menggunakan rumus-rumus statistika dan menyusun draft skripsi lengkap dengan hasil penelitian kemudian melakukan bimbingan kepada dosen pembimbing skripsi yang telah ditetapkan.

3.8 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di tempat pelaksanaan Liga Futsal Pendidikan Kota Tasikmalaya objek atlet Ekstrakurikuler SMPN 16 Tasikmalaya yang masuk susunan pemain pada pertandingan, pengisian angket/kuisisioner dilakukan secara langsung sebelum pertandingan Liga Futsal Pendidikan Kota Tasikmalaya di mulai.

Tabel 3.6 Roads Maps Penelitian

	November	Desember	Januari	Februari	Maret
Menyusun Proposal Penelitian					
Seminar Proposal					
Uji Instrumen					
Penelitian					
Pengolahan Data					
Penyusunan Skripsi					