

BAB III

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 yang kongkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis”. (hlm.7)

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan survei yang dilakukan oleh peneliti dengan menyebarkan angket sebelum pertandingan dilaksanakan, yang diisi sesuai dengan daftar susunan pemain sebanyak 14 orang atlet UKM futsal putra Universitas Siliwangi yang mengikuti pertandingan Telkom university futsal championship (TUN FC).

3.2 Variabel Penelitian

Variabel merupakan objek 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 (Fitria, 2022) “ Variabel tunggal adalah variabel untuk mendeskripsikan unsur atau faktor-faktor di dalam setiap gejala yang termasuk ke variabel tersebut”. Dengan demikian, variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal yaitu Tingkat Kecemasan Atlet UKM Futsal Putra Universitas Siliwangi Pra Pertandingan Telkom University Futsal Champhionship (TUN FC) .

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 subjek/obyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu

yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya” (hlm.80). Sampel adalah sebagian dari segi jumlah. Menurut Sugiyono (2017), “bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut” (hlm. 81). Berdasarkan pendapat tersebut populasi dalam penelitian ini yaitu Atlet UKM Futsal Putra Universitas Siliwangi yang terpilih mengikuti pertandingan Telkom *University Futsal Championship* (TUN FC) sebanyak 17 orang 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 objek yang diteliti adalah atlet yang masuk daftar susunan pemain dalam pertandingan maka subjek yang dijadikan sampel adalah Atlet UKM Futsal Putra Universitas Siliwangi pada pertandingan Telkom *University Futsal Championship*.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah atlet UKM futsal putra Universitas Siliwangi pada Telkom *University Futsal Championship* sebanyak 14 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 UKM futsal putra Universitas Siliwangi,
- 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 kegiatan melakukan pengukuran, maka harus ada alat ukur yang baik. Alat ukur dalam penelitian inilah yang biasanya dinamakan dengan instrumen. Sejalan dengan penelitian tersebut, Sugiyono (2017) menjelaskan bahwa instrumen pada 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.

Tabel 3. 1 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Butir Pertanyaan	
			Positif	Negatif
Tingkat Kecemasan Atlet UKM Futsal Putra Universitas Siliwangi Pra Pertandingan. (Rohmansyah, 2017)	Gejala Fisik	Tangan menjadi dingin	3	1, 2
		Meningkatnya frekuensi buang air kecil	5	4
		Berkeringat	8	6, 7
		Berkunang - kunang	11	9, 10
		Susah tidur	14, 15	12, 13
		Mulut kering	-	16
		Denyut nadi meningkat	18	17, 19
	Gejala Psikis	Perhatian dan konsentrasi yang berkurang	21	20,
		Menurunnya rasa percaya diri	25	22, 23, 24
		Gugup	27	26
		Khawatir	30	28, 29
	Jumlah			30

Tabel 3. 2 Pernyataan Angket Kecemasan

No.	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		S	SR	KK	TS
1.	Tangan saya terasa dingin ketika sebelum bertanding				
2.	Tangan saya bergetar pada saat sebelum pertandingan				
3.	Tangan saya tidak bergetar pada saat sebelum pertandingan				
4.	Saya selalu merasa ingin pergi ke kamar kecil sesaat sebelum pertandingan				
5.	Saya tidak ingin buang air kecil pada saat sebelum pertandingan				
6.	Saya selalu mengeluarkan keringat yang berlebihan sesaat sebelum bertanding				
7.	Kepala saya mengeluarkan keringat dingin sebelum pertandingan				
8.	Saya tidak berkeringat dingin pada saat sebelum pertandingan				
9.	Saya merasa kunang – kunang pada saat akan menghadapi pertandingan				
10.	Saya merasa pusing pada saat akan menghadapi pertandingan				
11.	Saya tidak merasa kunang – kunang pada saat akan menghadapi pertandingan				
12.	Menjelang pertandingan (malam sebelum bertanding), saya selalu mengalami susah tidur				
13.	Saya tidak tenang pada saat tidur sebelum pertandingan				

14.	Menjelang pertandingan (malam sebelum bertanding), saya tidak mengalami susah tidur				
15.	Saya tidur tepat waktu saat akan menghadapi pertandingan				
16.	Saya lebih sering menelan ludah pada saat sebelum pertandingan				
17.	Jantung saya berdebar kencang pada saat akan menghadapi pertandingan				
18.	Jantung saya tidak berdebar kencang pada saat akan menghadapi pertandingan				
19.	Saya selalu mengalami gangguan konsentrasi saat akan bertanding				
20.	Saya sering melamun pada saat sebelum pertandingan				
21.	Saya tidak pernah mengalami gangguan konsentrasi saat akan bertanding				
22.	Saya merasa takut kalah pada saat sebelum pertandingan				
23.	Saya merasa takut kalah pada saat sebelum pertandingan				
24.	Saya selalu mengalami gangguan konsentrasi saat bertanding				
25.	Saya merasa percaya diri pada saat sebelum pertandingan				
26.	Saya merasa gugup sebelum pertandingan dimulai				
27.	Badan saya rileks pada saat akan menghadapi pertandingan				
28.	Saya merasa tidak tenang ketika memasuki lapangan				

29.	Saya selalu gemetar sesaat sebelum pertandingan				
30.	Saya merasa tenang pada saat sebelum pertandingan				

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 instrumen 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 Sama Sekali (TS).

Tabel 3. 3 Alternatif Jawaban Angket

Alternatif Jawaban			
Selalu	Sering	Kadang-Kadang	Tidak Sama Sekali
4	3	2	1
1	2	3	4

pertanyaan positif diberi skor 4, 3, 2, 1 sedangkan pertanyaan negatif diberi skor 1, 2, 3, 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) “mengelompokkan 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 Tingkat Kecemasan Atlet UKM Futsal Putra Universitas Siliwangi Pra Pertandingan.

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
$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	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

3.6.1 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

Σx^2 = Jumlah x kuadrat

Σy^2 = Jumlah y kuadrat

Σx = jumlah x (jumlah skor butir)

Σy = Jumlah y (jumlah skor total)

Melakukan perhitungan dengan uji t dengan rumus :

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

Keterangan :

r = Koefisiensi korelasi hasil r hitung

n = Jumlah responden

Deskripsi hasil dari uji coba validitas dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* dari 30 responden dengan 35 butir pertanyaan dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 3. 5 Hasil Uji Coba Validitas

No. Butir	r _{hitung}	r _{tabel}	Keterangan
Butir 1	0,562	0,361	Valid
Butir 2	0,442	0,361	Valid
Butir 3	0,376	0,361	Valid
Butir 4	0,458	0,361	Valid
Butir 5	0,453	0,361	Valid
Butir 6	0,501	0,361	Valid
Butir 7	0,601	0,361	Valid
Butir 8	0,374	0,361	Valid
Butir 9	0,460	0,361	Valid
Butir 10	0,427	0,361	Valid
Butir 11	0,369	0,361	Valid
Butir 12	0,698	0,361	Valid
Butir 13	0,574	0,361	Valid

Butir 14	0,369	0,361	Valid
Butir 15	0,382	0,361	Valid
Butir 16	0,350	0,361	Tidak Valid
Butir 17	0,488	0,361	Valid
Butir 18	-0,041	0,361	Tidak Valid
Butir 19	0,644	0,361	Valid
Butir 20	0,407	0,361	Valid
Butir 21	0,372	0,361	Valid
Butir 22	0,301	0,361	Tidak Valid
Butir 23	0,783	0,361	Valid
Butir 24	0,443	0,361	Valid
Butir 25	0,537	0,361	Valid
Butir 26	0,540	0,361	Valid
Butir 27	0,537	0,361	Valid
Butir 28	0,502	0,361	Valid
Butir 29	0,683	0,361	Valid
Butir 30	0,320	0,361	Tidak Valid
Butir 31	-0,622	0,361	Tidak Valid
Butir 32	0,519	0,361	Valid
Butir 33	0,631	0,361	Valid
Butir 34	0,581	0,361	Valid
Butir 35	0,421	0,361	Valid

Berdasarkan tabel diatas, hasil dari uji validas dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat 5 butir soal yang “Tidak Valid” diantaranya, soal nomor 16,18,22,30 dan 31 dikarenakan $r_{hitung} < r_{tabel} = 0,361$.

3.6.2 Uji Reliabilitas

Menghitung Korelasi dengan menggunakan rumus *Pearson Product Moment*

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

Menghitung reliabilitas seluruh item dengan menggunakan rumus *Spearman Brown*:

$$r_i = \frac{2 \cdot r_b}{1 + r_b}$$

Keterangan :

r_i = reliabilitas internal seluruh instrumen

r_b = kolerasi *product moment* antara belahan pertama dan kedua

Data dinyatakan Reliabel apabila nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,70 (*Cronbach's Alpha* > 0,70)

Deskripsi hasil dari uji coba realibilitas dengan menggunakan rumus korelasi *Cronbach's Alpha* dari 35 butir pertanyaan dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 3. 6 Hasil Ujicoba Realibilitas

Variabel	Nilai <i>Cronbach's Alpha</i>	Kesimpulan
Tingkat Kecemasan	0,867	Reliabel

Berdasarkan tabel uji realibilitas di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa hasilnya memiliki jumlah varians sebanyak 24,75 dan nilai *Cronbach's Alpha* 0,867 yang dinyatakan “reliabel” karena lebih besar dari 0,70.

3.6.3 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 satu sampel”.

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

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

n_1 = banyaknya elemen satu jenis

n_2 = banyaknya elemen jenis yang lain

Pengujian hipotesis dilakukan dengan membandingkan *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	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	5	5	5	
6		2	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	5	5	5	5	5	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	6	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 krisis 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, lalu menyusun proposal penelitian yang dibantu oleh dosen pembimbing, kemudian melaksanakan seminar proposal penelitian dan pengurusan surat-surat rekomendasi penelitian.

3.7.2 Tahap Persiapan

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

3.7.3 Tahap Akhir

Di tahap akhir peneliti kemudian pengumpulan data hasil penelitian dengan menggunakan rumus-rumus statistika 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 Telkom University Futsal Champhionship (TUN FC) objek atlet UKM Futsal putra Universitas Siliwangi yang masuk susunan pada pertandingan, pengisian angket/kuisisioner dilakukan secara langsung sebelum pertandingan Telkom University Futsal Champhionship (TUN FC) di mulai.

Tabel 3. 7 Road Maps Penelitian

	Januari	Februari	Maret	April	Mei
Menyusun Propsal Penelitian					
Seminar Proposal					
Uji Instrumen Penelitian					
Penelitian					
Pengolahan Data					
Penyusunan Skripsi					