

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Menurut Sugiyono (2015) secara umum metode penelitian adalah “Cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu” (hlm.3). Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2017) menjelaskan bahwa penelitian deskriptif kuantitatif bertujuan untuk menggambarkan karakteristik suatu fenomena dengan menggunakan data kuantitatif. Penelitian ini mengukur variabel dan memberikan gambaran yang jelas tentang populasi yang diteliti (hlm 13-15)

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat dikatakan bahwa deskriptif kuantitatif ini merupakan kegiatan percobaan yang bertujuan untuk memberikan gambaran yang jelas dan sistematis mengenai fenomena yang diteliti, dengan menggunakan data berbentuk angka yang dianalisis secara statistik. Bertolak dari paparan di atas, penulis melakukan penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran dari hasil tes konsentrasi dan percaya diri sebagai variabel bebas dan *shooting* sebagai variabel terikat

3.2 Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2015) variabel penelitian adalah “Segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya” (hlm.60). Selanjutnya Sugiyono (2015) menjelaskan bahwa:

Hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain maka variabel dapat dibedakan menjadi :

- 1) Variabel independen : variabel ini sering disebut sebagai variabel *stimulus*, *prediktor*, *antecedent*. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel bebas. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat).
- 2) Variabel dependen : sering disebut sebagai variabel *output*, kriteria konsekuensi. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. (hlm.61).

- 3) Sesuai pendapat diatas variable dalam penelitian ini ada dua macam, yaitu variable bebas
- 4) (X) dan variable terikat (Y). Variabel bebas nya adalah konsentrasi dan percaya diri, sedangkan variabel terikatnya adalah keterampilan shooting dalam permainan sepak bola

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2015) populasi adalah “Generalisasi yang terdiri objek, subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penelitian untuk dipelajari dan kemudian di tarik kesimpulan” (hlm.117). Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Populasi dibatasi sebagai jumlah kelompok atau individu yang paling sedikit mempunyai sifat yang sama. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet SSB PNB Cianjur Kabupaten Cianjur pada tahun 2025 yang berjumlah 35 atlet

3.3.2 Sampel

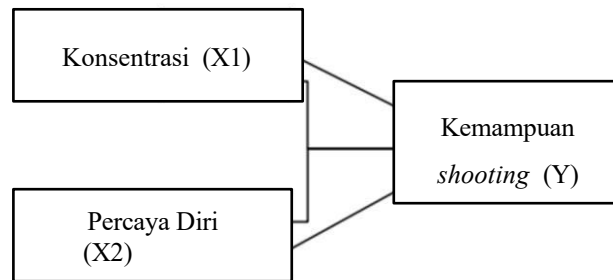
Menurut Sugiyono (2015) sampel adalah “sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi” (hlm.118). Meskipun sampel hanya merupakan bagian dari populasi, kenyataan-kenyataan yang diperoleh dari sampel itu harus menggambarkan dalam populasi.

Terdapat banyak cara atau Teknik pengambilan *sampling* dalam penelitian. Menurut Sugiyono (2019, hlm 128) “Teknik *sampling* Adalah Teknik cara pengambilan sampel. Teknik *sampling* pada dasarnya dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu *probability sampling* dan *non probability sampling*”. Penelitian ini menggunakan Teknik pengambilan sampel dengan *sampling* total dan Teknik ini masuk kelompok *non probability sampling*. *Sampling* totak Adalah Teknik pengambilan sampel Dimana seluruh anggota pipulasi dijadikan sampel semua (Sugiyono, 2019, hlm. 134)

Berdasar kan pendapat diatas maka jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sama dengan jumlah populasi yaitu sebanyak 35 pemain SSB PNB

3.4. Desain Penelitian

Menurut Sugiyono, konstelasi variabel adalah gambaran hubungan antar variabel penelitian yang membantu peneliti melihat arah pengaruh, kategori variabel (bebas, terikat, moderator, intervening) dan pola hubungan yang diuji. Biasanya digambarkan dalam bentuk diagram atau bagan alur seperti dibawah ini



Gambar 3.1 Konstelasi Variabel

(Sumber : Sugiyono, 2019:74)

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Menurut Sugiyono (2015) “Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian ini adalah mendapatkan data” (hlm 308). Dalam penelitian ini, penulis menggunakan teknik pengumpulan data total *sampling*. Total *sampling* Adalah metode pengambilan sampel Dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi yang ada dalam Teknik ini, data sampel yang digunakan harus memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan Langkah Langkah Teknik pengemupulan sebagai berikut.

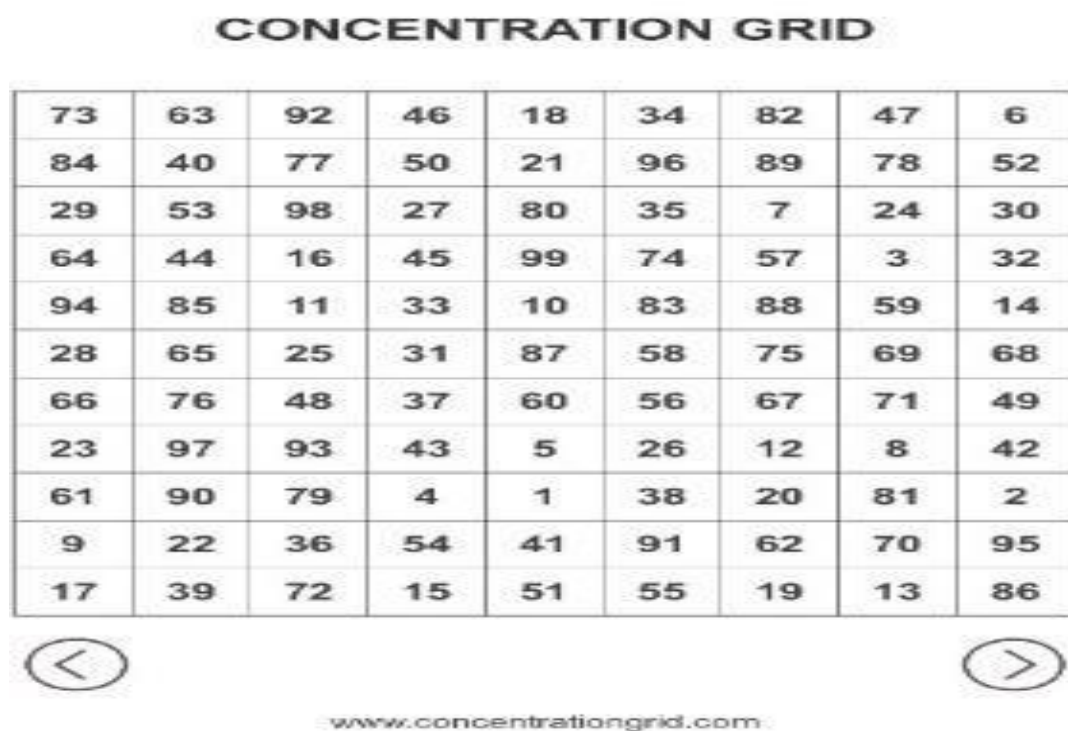
1) Observasi : Observasi adalah metode pengumpulan data yang melibatkan pengamatan langsung terhadap objek atau fenomena tertentu. Menurut Hasyim Hasanah (2016), observasi adalah proses pengamatan sistematis terhadap aktivitas manusia dan lingkungan fisik tempat aktivitas tersebut berlangsung, dengan tujuan menghasilkan data yang akurat.

2.) Tes : Tes adalah pemberian rangkaian tugas dalam bentuk soal maupun perintah yang harus dikerjakan oleh peserta didik. Hasil dari tes tersebut akan digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam menarik kesimpulan tertentu pada peserta didik. Halik, A. et al. (2019).

3.6 Instrumen Penelitian

pengumpul data. Hal ini sejalan dengan pendapat Sugiyono (2016), “instrumen penelitian sebagai alat atau perangkat yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang relevan dengan variable variable yang diteliti. Instrumen ini dirancang khusus agar dapat mengukur variable penelitian secara objektif dan sistematis sesuai dengan tujuan dan rumusan masalah penelitian. (hlm 112).

a. Tes Konsentrasi Menggunakan metode CGE atau *Concentration Grid Exercise* terdiri dari kotak bernomor 10x10 dari angka 00 hingga 99 yang ditempatkan secara acak. Peserta mengurutkan kotak bernomor dengan menghubungkan dengan garis dalam waktu 60 detik. Semakin banyak peserta didik SSB mengurutkan nomor dengan benar, maka semakin besar skor yang didapatkan yang diartikan semakin baik tingkat konsentrasinya (Pratiwi & Pratama, 2020)



Gambar 3.2 Kotak *concentration grid* test (Sumber : Pratiwi & Pratama, 2020)

Tabel 3.1. Norma Penilaian konsentrasi
(Sumber Sidik, 2015)

Variabel	Interval	Kategori
Tingkat Konsentrasi	≥21	Sangat baik
	16-20	Baik
	11-15	Sedang
	6-10	Kurang
	≤5	Sangat kurang

- b. Tes percaya diri Instrumen yang digunakan untuk mengukur kepercayaan diri berupa angket/kuesioner. Kuesioner adalah salah satu metode paling umum digunakan dalam mengukur kepercayaan diri. Instrumen ini biasanya terdiri dari serangkaian pernyataan atau pertanyaan yang dirancang untuk mengevaluasi sejauh mana individu memiliki keyakinan terhadap kemampuan mereka dalam berbagai situasi. Instrumen ini biasanya berbentuk skala Likert yang mengukur tingkat persetujuan individu terhadap pernyataan tertentu terkait keyakinan mereka. Skala Likert ialah skala yang dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang (Santika et al., 2023,p. 406). Dasar teori dalam pembuatan instrument kepercayaan diri di adaptasi dari (Amir, 2015,p. 107) dengan validitas 0.603 dan reliabilitas 0,935. Rumus Gregory yang digunakan untuk validasi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$V_i = \frac{D}{(A + B + C + D)}$$

Hasil dari perhitungan validasi isi untuk instrumen kepercayaan diri adalah sebagai berikut:

Kepercayaan diri : $V_i = \frac{11}{11} = 1$

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut maka penelitian ini dapat dikatakan valid.

Tabel 3.2 Kriteria untuk Validitas Angket/Kuisisioner

0,8-1	Sangat tinggi
0,6-0,79	Tinggi
0,4-0,59	Sedang
0,2-0,39	Rendah
0,00-0,19	Sangat Rendah

Sumber : Nyak Amir (dalam Muthiarani 2020)

instrument ini terdiri dari 46 butir pernyataan dari 7 faktor kepercayaan diri yaitu : (1) pengalaman keberhasilan, (2) pengalaman pengamatan, (3) persuasi verbal, (4) keadaan fisiologis dan emosional, (5) resiliensi, (6) Kualitas Hubungan Sosial dan Dukungan Lingkungan, (7) Optimisme Disposisional. Kisi-kisi instrumen kepercayaan diri sebagai berikut:

Tabel 3.3. Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri

Sumber: (Amir, 2015)

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Butir	Positif	Negatif
Kepercayaan Diri	1. Pengalaman Keberhasilan	Pengalaman sukses dimasa lalu	1, 2, 4,	1,4	2
		Menyelesaikan <i>shooting</i> dengan akurasi	3, 7, 9	7	3, 9
		Mengatasi tantangan <i>shooting</i>	5, 8, 12	8	5, 12
	2. Pengalaman Pengamatan	Keberhasilan melakukan <i>shooting</i>	10, 11, 13, 14	10, 11,14	13
	3. Persuasi Verbal	Dorongan	6, 15, 16	6, 15	16
		Umpan balik positif	17,18, 22	22, 18	17
		Keyakinan yang diungkapkan oleh individu yang kredibel	19, 20, 21,	19, 20	21
	4. Keadaan Fisiologis dan Emosional	Mengelola kecemasan kompetitif	23, 24, 25,	23, 25	24
		menginterpretasikan gejala fisiologis secara positif	26,27, 47	26, 27	47
	5. Resiliensi	bangkit kembali dari kemunduran	28, 29, 30,	28, 29	30
		kegagalan mencetak gol	31, 32, 33	31, 33	32

	6.Kualitas Hubungan Sosial dan Dukungan Lingkungan	Lingkungan yang sportif	34, 35, 36, 37	34, 35	36, 37
		tekanan negatif	38,39,40	38, 39	40
	7.Optimisme Disposisional	Kecenderungan	41,44,45	41, 44	45
		persistensi dan motivasi	42, 43, 46	46	42, 43
Jumlah			46		

- c. Tes *shooting* yaitu dengan menggunakan tes ketepatan *shooting* sepak bola menurut Nurhasanah & Narlan (2010) dalam tes dan pengukuran olahraga dan berikut cara pengambilan datanya

Peralatan yang dibutuhkan

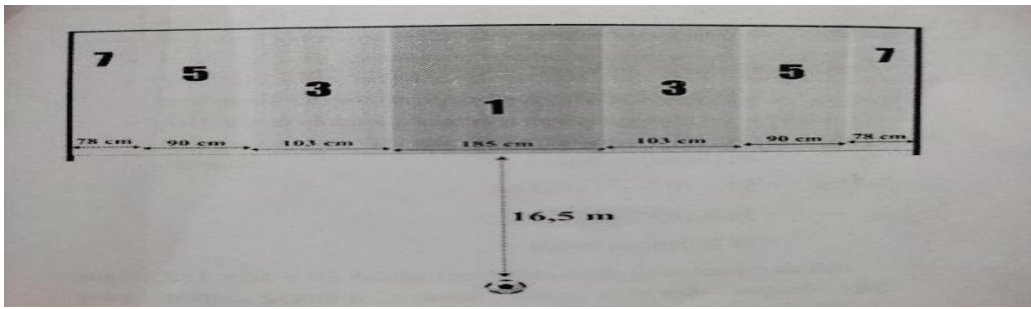
1. Gawang Sepak Bola
2. Bola Sepak
3. Zona Target di Gawang :

Gawang dibagi menjadi beberapa zona dengan nilai berbeda

4. Kamera atau Pencatat Manual : untuk dokumentasi setiap percobaan

A. Adapun prosedur pelaksanaannya sebagai berikut :

1. Persiapan Awal :
 - a. Atlet melakukan pemanasan untuk menghindari cedera
 - b. Sosialisasi aturan tes kepada peserta.
2. Instruksi tes :
 - a. Setiap pemain diberikan 5 kesempatan untuk melakukan *shooting* di titik tertentu
 - b. Pemain diinstruksikan menantang bola ke arah terget yang ditentukan dalam gawang

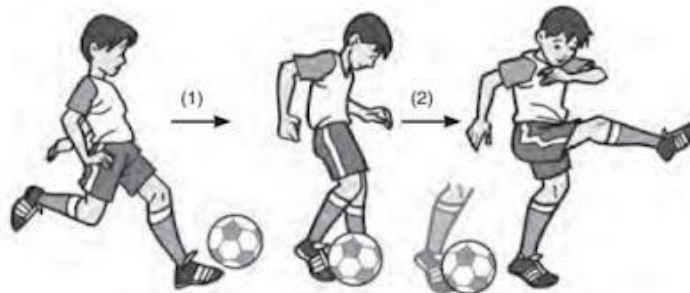


Gambar 3.3 Target dalam Gawang

(Sumber : Narlan & Januar 2020, hlm 127)

3. Kondisi Simulasi

- a. Tes dapat dilakukan tanpa penjaga gawang
- b. Untuk simulasi pertandingan, pemain bisa diberi umpan terlebih dahulu sebelum melakukan *shooting*.
- c. Lakukan *shooting* dan arah kan kepada target



Gambar 3.4 *Shooting*

(Sumber : Sudjarwo, Iwan 2015)

4. Pemberian Skor :

- a. Tiap zona gawang di miliki nilai berbeda (misalnya, 10 point untuk pojok atas, 5 point untuk tengah gawang).

- b. Skor akhir dihitung berdasarkan total nilai dari semua tembakan

B. Dokumentasi dan Evaluasi

- a. Pencatatan Manual : skor dari setiap tembakan dicatat secara langsung oleh penguji
- b. Rekaman Video (opsional) : untuk mengevaluasi teknik *shooting* setiap peserta

3.7 Teknik Analisis Data

Setelah data berupa skor diperoleh, skor tersebut di susun, diolah dan di analisis kebermaknaannya. Data tersebut penulis olah dengan menggunakan pendekatan statistika yang bersumber dari. Langkah-langkah yang penulis lakukan dalam pengolahan ini adalah sebagai berikut:

- a. Menurut (Narlan & Juniar, 2018) menguji distribusi normalitas data yang diperoleh menggunakan uji *normalitas liliefors*, berikut adalah rumus uji *normalitas liliefors*:

- 1) Mencari rata-rata:

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

Keterangan:

$\bar{X}$ = Rata-rata

$\sum fx$ = Hasil keseluruhan dari perkalian F dan X

n = Jumlah sampel

- 2) Mencari simpangan baku:

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

Keterangan:

S = Standar deviasi yang dicari

$\bar{X}$ = Nilai rata-rata

n = Jumlah sampel

- 3) Mencari nilai Z dengan rumus sebagai berikut:

$$Z = \frac{x - \bar{x}}{s}$$

Keterangan

Z = Nilai Z

x = Nilai X

$\bar{X}$ = Rata-rata

S = Simpangan baku

- b. Menurut (Narlan & Juniar, 2018) menguji korelasi data menggunakan korelasi *Product Moment* dengan angka kasar (skor asli), dengan rumus 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 = Nilai r hitung atau koefisien korelasi

n = Jumlah data

$\sum XY$ = Jumlah keseluruhan data $X*Y$

$\sum X$ = Jumlah keseluruhan data X

$\sum Y$ = Jumlah keseluruhan data Y

- c. Menurut (Narlan & Juniar, 2018) mencari nilai korelasi sederhana(*bivariat*), berikut adalah rumus korelasi:

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

Keterangan:

t = Nilai t hitung

r = Koefisien korelasi

n = Jumlah data/observasi

- d. Menurut (Narlan & Juniar, 2018) mencari nilai korelasi berganda (*multiple correlation*), berikut adalah rumus korelasi:

$$R_{X_1 X_2} = \sqrt{\frac{r^2_{x_1 y} + r^2_{x_2 y} - 2r_{x_1 y} r_{x_2 y} r_{x_1 x_2}}{1 - r^2_{x_1 x_2}}}$$

Keterangan:

R_{xy} = Nilai koefisien korelasi yang dicari

x_1 = Selisih skor dengan x variabel x

y_2 = Selisih skor dengan y variabel y

- e. Menurut (Narlan & Juniar, 2018) menguji kebermaknaan korelasi berganda, berikut adalah rumus menghitung kebermaknaan korelasi berganda:

$$F = \frac{\frac{R^2}{K}}{\frac{1-R^2}{n-k-1}}$$

Keterangan:

F = Nilai signifikansi yang dicari

R = Korelasi

K = Banyaknya variabel bebas

N = Jumlah sampel

Tabel 3.4 Interval Koefisien Tingkat Hubungan
Sumber : Sugiyono (2019, p. 248)

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat kuat

3.8 Langkah-langkah Penelitian

Supaya pelaksanaan penelitian berjalan dengan lancar, maka penulis menentukan langkah-langkah penelitian sebagai berikut :

- a. Tahap Persiapan
 - (a) Observasi ke objek penelitian, yaitu ke SSB Pnb Cianjur Kabupaten Cianjur
 - (b) Menyusun proposal penelitian
 - (c) Seminar proposal
 - (d) Pengurusan surat surat rekomendasi penelitian
- b. Tahap Pelaksanaan
 - (a) Memberikan arahan mengenai penelitian yang akan dilakukan
 - (b) Melakukan tes CGE atau Concentration Grid Exercise
 - (c) Melakukan tes Angket / Kuisisioner untuk mengukur Tingkat percaya diri
 - (d) Melakukan tes *shooting* sepak bola untuk mengukur ketepatan *shooting*
- c. Tahap Akhir
 - (a) Melakukan pengolahan data hasil penelitian dengan menggunakan rumus-rumus statistik
 - (b) Menyusun draft skripsi lengkap dengan hasil penelitian kemudian melakukan

