

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Setiap penelitian diperlukan suatu metode. Penggunaan metode dalam penelitian disesuaikan dengan masalah dan tujuan penelitiannya. Hal ini berarti metode penelitian mempunyai kedudukan yang penting dalam pelaksanaan pengumpulan dan analisis data. Salah satu metode yang dapat digunakan dalam penelitian adalah metode deskriptif. Tentang metode deskriptif dijelaskan oleh Sudjana dan Ibrahim (2001:64) sebagai berikut, “Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa kejadian yang terjadi pada saat sekarang. Dengan perkataan lain, penelitian deskriptif mengambil masalah atau memusatkan perhatian kepada masalah-masalah aktual sebagaimana adanya pada saat penelitian dilaksanakan”.

Hal serupa dikemukakan oleh Arikunto (2002:309) bahwa, “Metode deskriptif merupakan metode penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai suatu gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan.” Berdasarkan pada beberapa pendapat tersebut memberikan makna bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian dengan tujuan untuk menggambarkan suatu peristiwa pada saat sekarang yang nampak dalam suatu situasi. Dalam penelitian ini, data yang diperoleh dikumpulkan, disusun, dijelaskan, dan dianalisis untuk menetapkan kesimpulan. Hal ini untuk memperoleh gambaran yang jelas sehingga tujuan penelitian tercapai seperti yang diharapkan. Oleh karena itu metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif, karena penelitian ini ingin mengungkap dan menganalisis masalah yang terjadi pada masa sekarang yaitu tingkat *anxiety* atlet O2SN menjelang pertandingan dalam olah raga Bola Voli.

B. Populasi dan Sampel

Dalam menyusun sampai dengan menganalisis data sehingga mendapatkan gambaran sesuai dengan yang diharapkan diperlukan sumber data. Pada umumnya sumber data dalam penelitian disebut populasi dan sampel penelitian. Sudjana dan Ibrahim (2001:84) menjelaskan, “Populasi maknanya berkaitan dengan elemen,

yakni unit tempat diperolehnya informasi. Elemen tersebut dapat berupa individu, keluarga, rumah tangga, kelompok sosial, sekolah, kelas, organisasi dan lain-lainnya.” Arikunto (2002:102) menjelaskan, “Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian.” Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat digambarkan bahwa populasi merupakan keseluruhan subyek penelitian tempat diperolehnya informasi yang dapat berupa individu maupun kelompok. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet Gagak Mataram yang masuk tim bola voli sebanyak 20 orang.

Dalam penelitian ini tidak semua anggota populasi dijadikan sumber data, tetapi hanya sebagian populasi yang umumnya disebut sebagai sampel penelitian. Seperti yang dikemukakan oleh Arikunto (2002:104) bahwa, “Jika kita hanya akan meneliti sebagian dari populasi maka penelitian tersebut disebut penelitian sampel.” Tentang jumlah sampel penulis berpedoman pada pendapat Arikunto (2002:107) sebagai berikut: “Untuk sekedar ancer-ancer maka apabila subyek kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subyeknya besar dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih.”

Berdasarkan penjelasan di atas maka jumlah sampel penelitian ini ditetapkan oleh penulis sebesar 100% dari populasi yaitu sebanyak 20 orang, sehingga sampel ini disebut sampel jenuh dan padat, dan penelitian ini disebut penelitian populasi karena seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian. Mengenai sampel jenuh dan padat dijelaskan oleh Mengenai sampel jenuh dan padat dijelaskan oleh Nasution (2003:133) sebagai berikut, "Sampling itu dikatakan jenuh bila seluruh populasi dijadikan sampel. Sampling itu dikatakan padat bila jumlah sampel lebih dari setengah populasi."

C. Pembatasan Penelitian

Pembatasan penelitian sangat diperlukan dalam setiap penelitian agar masalah yang diteliti lebih terarah. Mengenai pembatasan masalah penelitian dijelaskan oleh Surakhmad (2004:36) sebagai berikut:

Pembatasan ini diperlukan bukan saja untuk memudahkan atau menyederhanakan masalah bagi penyelidik tetapi juga untuk dapat menetapkan

lebih dahulu segala sesuatu yang diperlukan untuk pemecahannya: tenaga, kecekatan, waktu, biaya, dan lain sebagainya yang timbul dari rencana tersebut.

Berdasarkan penjelasan tersebut, penelitian ini dibatasi pada aspek-aspek sebagai berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kecemasan Lima Jam dan satu jam sebelum pertandingan.
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah pertandingan olahraga bola voli.
3. Populasi penelitian ini adalah atlet Atlit O2SN SLTP Cineam yang masuk tim bola voli sebanyak 20 orang.
4. Instrumen penelitian yang digunakan adalah angket mengenai kecemasan atlet Lima Jam dan satu jam sebelum pertandingan.

D. Batasan Istilah

Penafsiran seseorang terhadap suatu istilah sering berbeda-beda. Agar tidak terjadi perbedaan, maka penulis perlu menjelaskan istilah-istilah yang ada dalam penelitian ini dengan mengacu kepada pendapat para ahli. Adapun istilah-istilah tersebut adalah sebagai berikut:

1. Perbedaan menurut Poerwadarminta (2019:135) adalah berasal dari kata dasar beda yang berarti tidak sama; hal yang lain. Jadi perbedaan dapat diartikan sebagai ketidaksamaan antara satu hal dengan hal yang lain. Dalam hal ini adalah ketidaksamaan antara kecemasan atlet sehari sebelum pertandingan dengan satu jam sebelum pertandingan.
2. Tingkat. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002:75) tingkat berarti taraf. Sedangkan maksud penulis dalam masalah ini adalah sesuatu untuk membedakan kadar tinggi rendahnya suatu hal yang dalam hal ini kecemasan.
3. Kecemasan (*anxiety*). Menurut Harsono (2010:265) berarti ketakutan dan kekhawatiran. Sedangkan yang dimaksud dalam masalah ini adalah perasaan takut atau cemas yang berlebihan sehingga mengganggu penampilan atlet dalam suatu pertandingan yang mengakibatkan terhambatnya prestasi yang ingin dicapai.
4. Pertandingan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002:1136) artinya perlombaan dalam olahraga yang menghadapkan dua pemain untuk saling

bertanding. Adapun yang dimaksud dengan sebelum pertandingan dalam penelitian ini adalah masa sebelum atlet memulai pertandingan, yaitu sehari sebelum pertandingan (malam sebelumnya) dan satu jam sebelum pertandingan.

E. Instrumen Penelitian

Untuk mengumpulkan data dari sampel penelitian diperlukan alat yang disebut instrumen. Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan dalam penelitian terutama berkaitan dengan proses pengumpulan data. Arikunto (2002:121) menjelaskan, “Instrumen adalah alat pada waktu peneliti menggunakan sesuatu metode.” Berkaitan dengan penelitian ini, maka instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket.

Sehubungan dengan angket atau kuesioner dijelaskan oleh Arikunto (2002:124) sebagai berikut: “Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui.” Angket dalam penelitian ini terdiri dari komponen atau variabel yang dijabarkan melalui sub komponen, indikator-indikator dan pertanyaan. Butir-butir pertanyaan atau pernyataan itu merupakan gambaran tentang anxiety Lima Jam sebelum pertandingan dan satu jam sebelum pertandingan. Bentuk angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup.

Untuk memperlancar dalam penyusunan butir-butir pertanyaan atau pernyataan angket serta alternatif jawaban yang tersedia, maka responden hanya diperkenankan untuk menjawab salah satu alternatif jawaban. Jawaban yang dikemukakan oleh responden didasarkan pada pendapatnya sendiri atau suatu hal yang dialaminya.

Langkah-langkah penyusunan angket adalah sebagai berikut:

1. Melakukan spesifikasi data.

Maksudnya untuk menjabarkan ruang lingkup masalah yang akan diukur secara terperinci. Untuk lebih jelas dan memudahkan penyusunan spesifikasi data tersebut, maka penulis tuangkan dalam bentuk kisi-kisi yang mengacu pada pendapat para ahli yaitu Straub (2000) dalam Gunarsa (2008:39),

Harsono (2010:265), Anshel (1990), Weinberg dan Gould (2010) dalam Satiadarma (2000:95) bahwa, “Gejala-gejala anxiety dapat diindikasikan melalui keadaan stress tanpa penyebab yang jelas, perasaan takut, cemas, khawatir akan terancam security kepribadiannya, perasaan khawatir, was-was.” Penyusunan instrumen kisi-kisi angket ini diadaptasi dari teori dan format penelitian Sudjana dan Ibrahim (2001: 107). Rincian indikator dan penomoran soal disajikan pada Tabel 3.1 berikut:

Tabel 3. 1 Kisi-Kisi Angket Tentang Tingkat *Anxiety* Atlet Bola voli Lima Jam Sebelum Pertandingan dan Satu Jam Menjelang Pertandingan

Variabel	Sub Variabel	Indikator	No. Soal	
			-	+
Anxiety	Satu Jam Sebelum Bertanding: 1. Gejala Fisik	1. Gelisah	1, 3	2, 4
		2. Gangguan pencernaan	5, 7	6, 8
		3. Perubahan irama pernafasan	9, 11	10, 12
		4. Pucat	13, 15	14, 16
		5. Keringat dingin berlebihan	17, 19	18, 20
		6. Jalan mondar-mandir	21, 23	22, 24
	2. Gejala Psikis	1. Was-was	25, 27	26, 28
		2. Tegang	29, 31	30, 32
		3. Takut gagal	33, 35	34, 36
		4. Kurang percaya diri	37, 39	38, 40
		5. Merasa terancam	41, 43	42, 44
		6. Gangguan pada konsentrasi	45, 47	46, 48
	Lima Jam Sebelum Bertanding: 1. Gejala Fisik	1. Sulit tidur	49, 51	50, 52
		2. Gangguan pencernaan	53, 55	54, 56
		3. Perasaan lelah yang berlebihan	57, 59	58, 60
		4. Merasa kurang enak badan	61, 63	62, 64
	2. Gejala Psikis	1. Mudah marah	65, 67	66, 68
		2. Cenderung pendiam	69, 71	70, 72
		3. Cenderung lebih aktif	73, 75	74, 76
		4. Tegang	77, 79	78, 80
		5. Timbul obsesi	81, 83	82, 84
		6. Timbulnya citra negative pada diri sendiri	85, 87	86, 88

2. Penyusunan Angket

Indikator-indikator yang telah dirumuskan ke dalam bentuk kisi-kisi tersebut di atas selanjutnya dijadikan bahan penyusunan butir-butir pertanyaan atau soal dalam angket. Butir-butir pertanyaan atau soal tersebut dibuat dalam

bentuk pernyataan-pernyataan dengan kemungkinan jawaban yang tersedia. Mengenai alternatif jawaban dalam angket, penulis menggunakan skala sikap yakni skala Likert. Mengenai skala Likert dijelaskan oleh Sudjana dan Ibrahim (2001:107) sebagai berikut, “Skala Likert dinyatakan dalam bentuk pernyataan untuk dinilai oleh responden, apakah pernyataan itu didukung atau ditolak, melalui rentangan nilai tertentu. Oleh sebab itu pernyataan yang diajukan ada dua kategori, yakni pernyataan positif dan pernyataan negatif. Salah satu skala sikap yang sering digunakan dalam penelitian pendidikan adalah skala Likert”.

Dalam skala Likert, pernyataan-pernyataan yang diajukan baik pernyataan positif maupun negatif dinilai subyek sangat setuju, setuju, tidak punya pilihan, tidak setuju dan sangat tidak setuju.

Mengenai alternatif jawaban dalam angket, penulis menetapkan kategori penyekoran sebagai berikut:

Tabel 3. 2 Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban

Alternatif Jawaban	Skor Alternatif Jawaban	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu-ragu	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Perlu penulis jelaskan bahwa dalam menyusun pernyataan-pernyataan agar responden dapat menjawab salah satu alternatif jawaban tersebut, maka pernyataan-pernyataan itu disusun dengan berpedoman pada penjelasan Surakhmad (2015:184) sebagai berikut:

1. Rumuskan setiap pernyataan sejelas-jelasnya dan seringkas-ringkasnya
2. Mengajukan pernyataan-pernyataan yang memang dapat dijawab oleh responden, pernyataan mana yang tidak menimbulkan kesan negative
3. Sifat pernyataan harus netral dan obyektif

4. Mengajukan hanya pernyataan yang jawabannya tidak dapat diperoleh dari sumber lain
5. Keseluruhan pernyataan dalam angket harus sanggup mengumpulkan kebulatan jawaban untuk masalah yang kita hadapi

Dari uraian tersebut, maka dalam menyusun pernyataan dalam angket ini harus bersifat jelas, ringkas dan tegas. Pernyataan-pernyataan angket penelitian ini dapat dilihat pada lampiran.

F. Teknik Pengumpulan Data

Langkah-langkah dalam pengolahan dan analisis data adalah sebagai berikut:

Menyeleksi data. Setelah angket terkumpul dari para sampel sebagai sumber data, maka harus diseleksi untuk memeriksa keabsahan pengisian angket. Mungkin saja terdapat sebagian butir pernyataan dalam angket yang tidak diisi oleh responden.

Memberikan nilai pada tiap-tiap butir pernyataan dalam angket dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Untuk pernyataan positif: SS = 5, S = 4, R = 3, TS = 2 dan STS = 1
- b. Untuk pernyataan negatif: SS = 1, S = 2, R = 3, TS = 4 dan STS = 5
- c. Mengelompokkan setiap butir pernyataan.
- d. Menjumlahkan nilai seluruh pernyataan untuk tiap butir pernyataan.
- e. Menganalisis data, yaitu untuk memperoleh kesimpulan yang dapat dipercaya.

Selanjutnya untuk mengetahui perbedaan tingkat anxiety antara satu jam sebelum pertandingan dengan Lima Jam sebelum pertandingan, maka penghitungan dan analisis datanya menggunakan uji t 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 = Simpangan baku gabungan

n = Jumlah sampel

S_1^2 = Varians

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S \sqrt{1/n_1 + 1/n_2}}$$

Arti dari tanda-tanda dalam rumus tersebut adalah:

- S = Simpangan baku
 n_1 = Jumlah Sampel Kelompok 1
 n_2 = Jumlah Sampel Kelompok 2
 $\bar{X}_1$ = Rata-rata Kelompok 1
 $\bar{X}_2$ = Rata-rata Kelompok 2

Untuk uji t kriteria pengujiannya adalah terima hipotesis, jika $-t_{1-\frac{1}{2}\alpha} < t < t_{1-\frac{1}{2}\alpha}$. Untuk harga lainnya H_0 ditolak, distribusi t dengan tingkat kepercayaan 0,975 dan derajat kebebasan $(dk) = (n_1 + n_2 - 2)$.

Selanjutnya untuk mengetahui perbedaan dominasi tingkat anxiety atlet bola voli antara Lima Jam sebelum pertandingan dengan satu jam sebelum pertandingan, maka penghitungan dan analisis datanya menggunakan uji beda (uji t) sebagai berikut:

1. Mencari simpangan baku gabungan dengan rumus:

$$S_B^2 = \frac{n \sum B_i^2 - (\sum B_i)^2}{n(n-1)}$$

Keterangan:

- S_B^2 = simpangan baku beda
 B = nilai beda
 n = jumlah sampel

2. Uji signifikansi perbedaan kedua variable dengan rumus:

$$t = \frac{\bar{B}}{S_B / \sqrt{n}}$$

Keterangan:

- t = nilai kritis untuk uji signifikansi beda
 $\bar{B}$ = rata-rata beda
 S_B = simpangan baku beda
 n = jumlah sampel