

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Menurut Sugiyono (2020), penelitian kuantitatif berlandaskan pada paradigma positivisme dan bertujuan mengkaji populasi atau sampel tertentu melalui pengumpulan data berbentuk angka. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan secara sistematis.

Penelitian korelasional bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya serta seberapa kuat hubungan antara dua variabel atau lebih. Oleh karena itu, pendekatan ini digunakan untuk menganalisis hubungan antara kepercayaan diri dengan performa atlet bola voli tanpa memberikan perlakuan maupun manipulasi terhadap variabel yang diteliti.

B. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu pendekatan yang menyajikan data dalam bentuk angka dan dianalisis menggunakan teknik statistik (Sugiyono 2018). Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasional, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengungkap derajat hubungan antara dua variabel tanpa adanya perlakuan atau manipulasi terhadap variabel yang diteliti (Arikunto 2010).

Melalui pendekatan tersebut, peneliti ingin mencari tahu ada atau tidaknya hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi bermain bola voli atlet di desa kawunglarang.

Adapun skema desain penelitian dapat digambarkan sebagai berikut.



Sumber: Sugiyono (2017)

Keterangan:

X : Kepercayaan Diri

→ : hubungan

Y : Performa Bola Voli

C. Lokasi dan Subjek Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Desa Kawunglarang, Kecamatan Rancah. Penentuan lokasi penelitian didasarkan pada alasan bahwa daerah tersebut menjadi tempat aktivitas latihan para atlet yang dijadikan subjek penelitian, serta didukung oleh ketersediaan sarana dan prasarana yang sesuai dengan variabel yang diteliti. Selain itu, pengumpulan data dilaksanakan saat kegiatan latihan berlangsung dengan cara menyebarkan angket kepada para atlet di Desa Kawunglarang.

2. Subjek Penelitian

a. Populasi

Sugiyono (2018) menyatakan bahwa populasi adalah seluruh objek atau subjek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 12 orang yang aktif mengikuti kegiatan latihan bola voli secara rutin.

b. Sampel

Arikunto (2016) menyebutkan bahwa sampel adalah bagian dari populasi yang dijadikan sebagai objek penelitian, terutama ketika peneliti mengalami keterbatasan sehingga tidak memungkinkan untuk meneliti seluruh populasi. Sejalan dengan pendapat tersebut, Menurut Sugiyono (2022:85) teknik sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel dimana semua anggota populasi digunakan menjadi sampel. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh yaitu semua populasi yang berjumlah 12 orang dijadikan sampel.

D. Definisi Operasional Variabel

Sugiyono (2010:38) menjelaskan bahwa definisi operasional variabel penelitian merupakan unsur atau nilai yang berasal dari suatu objek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu dan ditentukan oleh peneliti untuk dikaji agar dapat ditarik kesimpulan. Dalam penelitian ini terdapat dua jenis variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Yusuf (2014:109) menyatakan bahwa variabel bebas adalah variabel yang memengaruhi variabel lain, sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari variabel bebas tersebut.

Dalam penelitian ini, variabel bebas (X) adalah kepercayaan diri, sedangkan variabel terikat (Y) adalah performa pada atlet bola voli di desa kawunglarang. Adapun definisi operasional dari masing-masing variabel adalah sebagai berikut:

1. Kepercayaan Diri (X)

Kepercayaan diri dalam penelitian ini secara operasional diartikan sebagai tingkat keyakinan atlet terhadap kemampuan dirinya dalam melaksanakan keterampilan bermain bola voli serta menghadapi berbagai situasi yang muncul selama latihan maupun permainan.

Kepercayaan diri merupakan aspek psikologis internal atlet yang berkaitan dengan keyakinan terhadap kemampuan diri, sikap optimis, keberanian dalam menghadapi situasi permainan, serta kemampuan mempertahankan ketenangan ketika menghadapi tantangan.

Variabel kepercayaan diri diukur menggunakan kuesioner kepercayaan diri yang diberikan kepada atlet sebagai responden. Skor yang diperoleh dari jawaban responden digunakan untuk menentukan tingkat kepercayaan diri masing-masing atlet. Semakin tinggi skor yang diperoleh, semakin tinggi tingkat kepercayaan diri atlet, dan sebaliknya.

2. Performa Atlet Bola Voli (Y)

Performa bola voli dalam penelitian ini secara operasional diartikan sebagai tingkat kualitas penampilan aktual atlet ketika melaksanakan permainan bola voli yang ditunjukkan melalui kemampuan menerapkan keterampilan teknik dan menjalankan tugas permainan secara efektif

selama bermain.

Performa merupakan hasil penampilan atlet yang dapat diamati secara langsung ketika melakukan aktivitas permainan, sehingga berbeda dengan kepercayaan diri yang merupakan aspek psikologis internal atlet.

Variabel performa diukur menggunakan lembar observasi berupa rubrik penilaian performa bermain bola voli dengan rentang skor 1-4 yang dilakukan oleh pelatih. Penilaian performa mencakup kemampuan atlet dalam melakukan servis atas, passing atas, passing bawah, smash, dan block.

Skor dari masing-masing indikator kemudian dijumlahkan untuk memperoleh skor performa setiap atlet. Semakin tinggi skor yang diperoleh, semakin baik performa atlet dalam permainan bola voli.

E. Instrumen dan Teknik Pengambilan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data melalui proses pengukuran terhadap variabel yang diteliti. Menurut Sugiyono (2018:102), instrumen penelitian dapat diartikan sebagai perangkat atau sarana yang digunakan peneliti untuk memperoleh data dengan cara mengukur dan menilai gejala atau fenomena, baik yang berkaitan dengan alam maupun aspek social yang menjadi objek penelitian.

a. Angket

Sugiyono (2018), menyatakan bahwa angket atau kuesioner adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan menyajikan serangkaian pertanyaan atau pernyataan secara tertulis kepada responden untuk memperoleh jawaban dari mereka. Angket yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk angket tertutup dan disebarkan kepada responden melalui Google Form. Instrumen penelitian menggunakan skala Likert dengan empat alternatif jawaban. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi responden terhadap pernyataan yang diberikan.

1) Menyidik Faktor

Faktor utama yang dikaji dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri atlet di Desa Kawunglarang. Faktor tersebut kemudian dijabarkan ke dalam sejumlah indikator, antara lain rasa yakin terhadap kemampuan bermain, keberanian mengambil keputusan, kemampuan mengatasi tekanan, serta sikap positif terhadap kesalahan yang terjadi selama bermain.

2) Menyusun Butir Pertanyaan

Berdasarkan indikator yang telah ditetapkan, selanjutnya disusun butir-butir pertanyaan yang dituangkan dalam bentuk kuesioner. Pertanyaan disusun secara jelas dan sederhana agar mudah dipahami oleh responden. Untuk menjaga konsistensi dan ketelitian dalam pengisian, kuesioner memuat pernyataan positif dan negatif sebagai variasi.

b. Lembar Penilaian Performa Bola Voli

Pengukuran prestasi bermain bola voli dilakukan menggunakan lembar penilaian yang disusun berdasarkan keterampilan dasar permainan bola voli. Penilaian dilakukan oleh pelatih sehingga hasil penilaian dapat bersifat objektif. Aspek yang dinilai meliputi servis, passing, smash, block, dan penampilan bermain secara keseluruhan. Skor dari setiap aspek selanjutnya diolah untuk memperoleh nilai prestasi bermain bola voli.

2. Prosedur Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data serangkaian prosedur yang dilakukan oleh peneliti untuk memperoleh informasi yang akurat dan sesuai dengan kondisi sebenarnya selama proses penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Angket/ Koesioner Kepercayaan Diri

Memberikan kuesioner kepercayaan diri kepada atlet Desa Kawunglarang untuk diisi sesuai dengan kondisi dan pengalaman mereka saat bermain bola voli.

Dasar teori dalam penyusunan instrumen kepercayaan diri

didasarkan pada aspek perilaku, emosional, dan spiritual. Instrumen yang digunakan merupakan hasil adaptasi dari penelitian Kenanto (2023) yang telah memenuhi kriteria kelayakan, dengan nilai validitas sebesar 0,943 dan reliabilitas sebesar 0,987. Oleh karena itu, instrumen tersebut dinilai layak digunakan dalam penelitian ini tanpa dilakukan pengujian validitas dan reliabilitas kembali karena tidak terdapat perubahan terhadap indikator maupun butir pernyataan yang digunakan.

Tabel 3.1 Skor Pernyataan Kuesioner

Alternatif Pilihan	Pernyataan	
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Kisi-kisi instrumen kepercayaan diri disajikan pada tabel 3.2.

Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri

Variabel	Aspek	Indikator	Sub Indikator	Nomor Butir	
				<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>
Kepercayaan Diri	Tingkah Laku	Keyakinan Diri	Yakin pada kemampuan diri	1, 2, 3	4, 5, 6
		Sikap	Mampu	7, 8	9, 10,
		Penerimaan	menerima kekalahan		11
		Optimis	Memiliki pandangan positif	12, 13, 14	15, 16, 17

	Emosi	Penilaian diri	Berusaha melakukan yang terbaik	18,19	20, 21
		Ekspresi emosi	Sikap terhadap sesuatu	22	23
		Sikap positif	Keyakinan yang tinggi	24, 25, 26	27, 28
	Spiritual	Yakin pada takdir Tuhan	Pasrah dengan hasil	29, 30, 31	32
		Yakin bahwa hidup memiliki tujuan yang positif	Yakin dengan hasil yang terbaik	33, 34	35, 36
Jumlah				36	

Tabel 3.3 Instrumen Kepercayaan Diri

A. Petunjuk Pengisian

Pilihlah salah satu jawaban dari setiap pernyataan yang sesuai dengan anda, dengan memberi cek list (√) pada kolom yang tersedia.

Pilih salah satu yang sesuai dengan anda, yaitu: Contoh:

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa yakin akan kemampuan saya sendiri.	√			

Keterangan:

SS Sangat Setuju
S Setuju
TS Tidak Setuju
STS Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	Tingkah Laku				
1	Saya merasa yakin akan kemampuan saya sendiri				
2	Saya merasa yakin untuk menunjukan kemampuan saya				
3	Saya selalu siap dalam menghadapi setiap pertandingan				
4	Saya merasa takut ketika akan menghadapi pertandingan				
5	Saya tidak yakin teknik yang saya miliki akan membantu saya dalam pertandingan				
6	Saya merasa kemampuan saya tidak lebih baik daripada orang lain				
7	Dalam sebuah pertandingan menang dan kalah adalah hal yang wajar				
8	Saya merasa dalam sebuah pertandingan bukan kemenangan yang paling utama melainkan semangat dan usaha				
9	Apabila saya kalah dalam sebuah pertandingan, maka saya akan kesal dan marah				
10	Ketika saya kalah dalam sebuah pertandingan saya merasa bahwa saya dicurangi				
11	Saya tidak mungkin kalah dalam pertandingan				
12	Saya merasa tenang saat akan bertanding karena saya optimis akan menang				
13	Saya merasa apapun hasil dalam sebuah pertandingan, adalah yang terbaik untuk saya				
14	Saya melakukan yang terbaik yang saya bisa dalam setiap pertandingan				
15	Ketika bertanding, saya takut jika saya salah				

16	Ketika kalah dalam sebuah pertandingan, saya merasa tidak ingin mengikuti pertandingan lainnya				
17	Ketika mengetahui orang lain memiliki teknik lebih baik dari saya, saya akan menyerah				
	Emosi				
18	Saya selalu berusaha yang terbaik dalam setiap pertandingan				
19	Saya merasa lebih baik berusaha dan kalah dalam pertandingan daripada tidak mengikuti sama sekali				
20	Saya merasa tidak mampu ikut dalam pertandingan				
21	Saya merasa tidak layak ikut bertanding				
22	Saya selalu tenang dan focus				
23	Saya sering panic saat akan bertanding				
24	Saya yakin proses pelatihan akan membantu saya mengoptimalkan kemampuan saya				
25	Saya merasa latihan yang baik dan sesuai akan sangat berpengaruh dalam hasil pertandingan				
26	Saya selalu melakukan tugas dan instruksi yang diberikan				
27	Saya merasa tidak perlu latihan untuk menang dalam pertandingan				
28	Saya merasa iri jika teman saya menang dan saya kalah				
	Spiritual				
29	Saya merasa apapun hasil dalam sebuah pertandingan adalah yang terbaik				
30	Saya percaya Tuhan selalu memberikan jalan terbaik untuk saya				

31	Ketika kalah dalam sebuah pertandingan, saya merasa itu jalan terbaik yang diberikan Tuhan untuk memotivasi saya mengoptimalkan kemampuan saya				
32	Ketika saya kalah dalam sebuah pertandingan, saya merasa Tuhan tidak adil				
33	Saya merasa menang atau kalah dalam sebuah pertandingan adalah jalan untuk merubah diri menjadi lebih baik				
34	Saya merasa kekalahan dalam sebuah pertandingan akan membuat saya menjadi lebih tegar				
35	Saya merasa hidup saya tidak berguna ketika kalah dalam sebuah pertandingan				
36	Saya merasa sangat tidak berguna dalam tim				

b. Observasi

Dalam penelitian ini, observasi dilakukan dengan cara melakukan pengamatan secara langsung terhadap atlet bola voli di Desa Kawunglarang pada saat kegiatan latihan dan pertandingan performa bermain bola voli.

1. Rubrik Penilaian Performa Bola Voli

Rubrik penilaian bola voli disusun berdasarkan keterampilan dasar permainan bola voli yang meliputi servis, passing, smash, blok. Instrumen dalam penelitian ini sebelumnya telah divalidasi oleh dosen ahli, yaitu Bapak Dr, Guntur, Mpd.

Pengamatan ini difokuskan pada penampilan bermain atlet guna memperoleh data yang mendukung.

Tabel 3.4 Rubrik Penilaian Performa Bola Voli**A. Identitas Atlet**

Nama :

Usia :

Penilai :

B. Keterangan Penskoran

Skor	Keterangan	Deskripsi
1	Sangat Kurang	Gerakan tidak dilakukan sesuai teknik yang benar, banyak kesalahan pada pelaksanaan, dan belum menunjukkan penguasaan keterampilan.
2	Kurang	Gerakan sudah dilakukan, tetapi masih terdapat beberapa kesalahan teknik yang cukup mendasar sehingga hasil gerakan kurang efektif.
3	Baik	Gerakan dilakukan dengan teknik yang hampir benar, hanya terdapat sedikit kesalahan yang tidak terlalu memengaruhi hasil gerakan.
4	Sangat Baik	Gerakan dilakukan dengan teknik yang benar, urutan gerakan tepat, koordinasi baik, dan pelaksanaan berlangsung efektif tanpa kesalahan berarti.

Butir-butir Pernyataan

Teknik	Deskripsi	Skor			
		1	2	3	4
Servis Atas	a. Posisi kaki salah satu berada di depan di belakang garis akhir.				
	b. Lemparkan bola ke atas jangan terlalu tinggi dan juga jangan terlalu rendah.				
	c. Pukul bola tepat ditelapak tangan dengan posisi telapak tangan melebar.				
	d. Langkahkan kaki mengikuti bola ke				

	depan gerakan lanjutan.				
	Nilai Maksimal	16			
Passing Bawah	a. Telapak tangan kanan kiri menjadi satu saling bertindihan.				
	b. Posisi lengan kanan dan kiri di dekatkan dan sejajar seperti papan.				
	c. Perkenaan bola tepat di tangan di atas telapak tangan dan di bawah siku bawah lengan.				
	d. Ayunkan lengan bersamaan datang arahnya bola.				
	Nilai Maksimal	16			
Passing Atas	a. Perkenaan tepat di atas jari-jari telapak tangan.				
	b. Gerakan lengan dengan dengan telapak memantul seperti melemparkan bola kertas.				
	c. Posisi tangan dan telapak tangan membentuk segitiga, terlebih ibu jari, dan jari telunjuk.				
	d. Bola tidak berhenti di tangan atau telapak tangan dengan durasi waktu berhenti yang lama.				
	Nilai Maksimal	16			
Smash	a. Lakukan langkah awal sekitar 3 langkah menuju arah datangnya bola.				
	b. Posisi setengah jongkok untuk melakukan hentakan meloncat keatas.				
	c. Pukul bola kearah lawan dengan telapak tangan terbuka.				
	d. Ayunkan lengan bersamaan datang arahnya bola.				

	Nilai Maksimal	16			
Block	a. Perkenaan tepat di atas jari-jari telapak tangan.				
	b. Tekuk lutut sedikit dan letakkan kedua telapak tangan terbuka di depan dada atau dagu.				
	c. Meloncat vertical ke atas dengan meluruskan kedua kaki serentak.				
	d. Luruskan kedua lengan ke atas melampaui net dengan telapak tangan terbuka dan jari-jari diregangkan menghadap net.				
	Nilai Maksimal	16			
Skor Maksimal Teknik Dasar Bola Voli		80			

c. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung penelitian, meliputi foto kegiatan latihan, foto kegiatan beberapa turnamen yang diikuti serta foto pelaksanaan observasi performa atlet oleh pelatih.

F. Teknik Analisis Data

1. Teknik Pengolahan Data

Data yang diperoleh dari angket dikumpulkan terlebih dahulu dan kemudian dilakukan pengolahan agar siap dianalisis. Tahapan pengolahan data dalam penelitian ini meliputi:

- Editing, yaitu memeriksa kelengkapan, kejelasan, dan konsistensi jawaban responden.
- Coding, yaitu memberikan kode numerik pada setiap alternatif jawaban agar memudahkan proses analisis data (misalnya: sangat setuju=4 sampai sangat tidak setuju=1).
- Entry Data, yaitu memasukan data ke dalam program pengolahan statistik (SPSS).

- d. Cleaning, yaitu memeriksa kemungkinan kesalahan input, data ganda, atau data yang tidak lengkap sebelum dilakukan analisis lebih lanjut.

2. Analisis Data

Setelah seluruh data penelitian terkumpul, langkah selanjutnya adalah melakukan analisis data. Menurut Sugiyono (2016) menyatakan bahwa analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh responden terkumpul. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Analisis Statistik Deskriptif

Statistik deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran atau deskripsi mengenai suatu data yang dapat dilihat dari nilai rata-rata (*mean*), standar deviasi (*standard deviation*), nilai maksimum, dan nilai minimum. Dalam penelitian ini, analisis statistik deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik data pada variabel kepercayaan diri dan performa atlet bola voli. Statistik deskriptif yang disajikan meliputi jumlah responden (N), nilai minimum, nilai maksimum, nilai rata-rata (*mean*), dan simpangan baku (*standard deviation*). Pengolahan data dilakukan menggunakan program IBM SPSS Statistics versi 27, (Ghozali 2021).

b. Uji Prasyarat Analisis

1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, pengujian normalitas dilakukan menggunakan *Shapiro-Wilk Test* dengan bantuan aplikasi SPSS versi 27 karena jumlah sampel kurang dari 50 responden. Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan performa atlet bola voli. Pada penelitian ini, pengujian hipotesis menggunakan teknik analisis korelasi *Product*

Moment Pearson dengan bantuan program SPSS versi 27.

Korelasi *Product Moment Pearson* digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yang datanya berskala interval atau rasio dan memenuhi asumsi normalitas. Oleh karena itu, sebelum dilakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas sebagai uji prasyarat analisis. Berdasarkan hasil uji normalitas, data kedua variabel penelitian berdistribusi normal sehingga analisis hubungan dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson*, (Sugiyono 2022).

Pengambilan keputusan dalam uji korelasi *Product Moment Pearson* didasarkan pada nilai signifikansi Sig. (2-tailed). Apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 (Sig. < 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan performa atlet bola voli. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi lebih dari 0,05 (Sig. > 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Selanjutnya, tingkat keeratan hubungan ditentukan berdasarkan nilai koefisien korelasi *Pearson* (r) yang diinterpretasikan mengacu pada pedoman interpretasi koefisien korelasi, (Sugiyono 2022).

Tabel 3.5 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

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

Sumber: Sugiyono (2022)