

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yakni metode yang data penelitian berupa numerik (angka) dan diolah dengan metode statistika (Sugiyono, 2016). Metode kuantitatif dilakukan dalam rangka pengujian hipotesis memperoleh hasil yang signifikan hubungan antara variabel yang diteliti (Azwar, 2015).

Tujuan penelitian ini adalah ingin memperoleh informasi mengenai taraf hubungan yang terjadi diantara variabel-variabel yang diteliti, maka penelitian ini menggunakan teknik korelasional (Sugiyono, 2016).

#### **B. Identifikasi Variable Penelitian**

Variabel penelitian didefinisikan sebagai atribut seseorang atau obyek yang memiliki variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga dapat diperoleh informasi dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Variabel yang terlibat dalam penelitian ini adalah intimasi pelatih-atlet sebagai variabel bebas, *peak performance* sebagai variabel terikat dan kecemasan sebagai variabel mediator.

Variabel X : Intimasi Pelatih-atlet

Variabel Y : *Peak Performance*

Variabel M : Kecemasan Bertanding

### **C. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Definisi operasional dalam penelitian ini dapat dirumuskan operasionalnya pada tiap-tiap variabel sebagai berikut ini:

#### **1. *Peak Performance***

*Peak performance* adalah tinggi rendahnya kondisi optimum seorang atlet saat melakukan segala bentuk kegiatan olahraganya saat bertanding, dimana atlet mampu menyelaraskan pikiran dan gerakannya sehingga menghasilkan gerakan yang tepat dan indah.

Komponen yang digunakan untuk mengukur variabel pada penelitian ini adalah karakteristik yang dikemukakan oleh Garfield dan Bennett (dalam Satiadarma, 2000) yaitu, mental rileks, fisik rileks, optimis, terpusat, berenergi tinggi, kesadaran tinggi, terkendali dan terseludung.

Peak performance diukur dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk skala Likert dengan empat pilihan jawaban yaitu, Selalu, Sering, Kadang-kadang dan Tidak Pernah.

#### **2. *Intimasi Pelatih-atlet***

Intimasi pelatih-atlet adalah tinggi rendahnya tingkat kedekatan dan keakraban hubungan interpersonal antara pelatih dan atlet dan terdapat timbal balik didalamnya, yang terwujud melalui saling berbagi pikiran dan perasaan,

saling menerima dan menghormati, dalam hubungan tersebut harus ada jarak yang dimaksudkan adalah sebatas untuk perkembangan dan kemajuan atlet.

Aspek yang digunakan untuk mengukur variabel pada penelitian ini adalah aspek yang dikemukakan oleh Atwer (1983) meliputi pengungkapan diri, kepercayaan, kecocokan pribadi dan penyesuaian diri.

Intimasi pelatih-atlet diukur dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk skala Likert dengan empat pilihan jawaban yaitu, Selalu, Sering, Kadang-kadang dan Tidak Pernah.

### **3. Kecemasan Bertanding**

Kecemasan merupakan tinggi rendahnya kekhawatiran terhadap situasi atau sesuatu yang berbahaya yang tidak jelas yang dialami oleh atlet saat akan melaksanakan pertandingan.

Komponen yang digunakan untuk mengukur variabel pada penelitian ini adalah komponen fisik dan komponen psikis yang dikemukakan oleh Harsono (dalam Gunarsa, 1996).

Kecemasan diukur dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk skala Likert dengan empat pilihan jawaban yaitu, Selalu, Sering, Kadang-kadang dan Tidak Pernah.

## **D. Populasi, Sample, dan Teknik Pengambilan Sample**

### **1. Populasi**

Populasi adalah seluruh obyek atau subyek yang berada pada suatu wilayah tertentu yang memiliki karakteristik yang ditetapkan peneliti untuk

dipelajari dan digunakan dalam menarik kesimpulan (Sugiyono, 2016). Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah atlet seni beladiri Tapak Suci Tingkat Perguruan Tinggi di Surabaya. Karakteristik populasi dalam penelitian ini adalah :

- a. Sudah menjadi anggota penuh dan anggota aktif cabang tapak suci di tiap perguruan tingginya
- b. Sudah pernah mengikuti kejuaraan
- c. Masih dalam status mahasiswa

Dari karakteristik populasi yang telah ditentukan tersebut dihasilkan total jumlah populasi yaitu 93 subjek, dengan rincian sebagai berikut :

- a. Universitas Muhammadiyah Surabaya : 42 atlet
- b. Universitas Airlangga : 20 atlet
- c. Universitas Negeri Surabaya : 17 atlet

## **2. Sampel**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2016). Peneliti menggunakan jumlah sampel sejumlah populasi atlet seni beladiri Tapak Suci Tingkat Perguruan Tinggi di Surabaya, yaitu 79 subjek.

## **3. Teknik Sampling**

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai

teknik sampling yang digunakan. Penelitian ini mengambil sampel menggunakan *nonprobability sampling* dengan teknik *sampling kuota*. *Sampling kuota* adalah teknik untuk menentukan sampel dari populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu sampai jumlah (kuota) yang diinginkan (sugiyono, 2016).

### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan kegiatan penelitian yang memiliki tujuan untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang diteliti. Dalam penelitian ini menggubakan teknik pengumpulan data berupa kuesioner dalam bentuk skala Likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2016).

Skala likert digunakan untuk mengukur *peak performance*, intimasi pelatih-atlet dan kecemasan. Penyusunan skala yang digunakan disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan karakteristik dari variabel terikat dan berdasarkan aspek-aspek dari variabel bebas serta komponen-komponen dari variabel mediator. Angket dalam penelitian ini disusun dalam dua bentuk yaitu aitem *favorable* yang merupakan aitem yang isinya mendukung, memihak dan menunjukkan ciri adanya atribut yang diukur sehingga mengindikasikan tingginya atribut yang diukur, dan aitem *unfavorable* yaitu aitem yang isinya tidak mendukung atau tidak menggambarkan ciri atribut yang diukur sehingga mengindikasikan rendahnya atribut yang diukur, dengan

menggunakan empat alternatif pilihan jawaban. Berikut tabel skor skala likert yang digunakan dalam penelitian ini:

**Table 3.1 Skor Skala Likert**

<b>Jawaban</b>	<b>Skor Favorable</b>	<b>Skor Unfavorable</b>
Selalu	4	1
Sering	3	2
Kadang-kadang	2	3
Tidak pernah	1	4

Adapun skala yang dibuat dalam penelitian ini adalah skala *peak performace*, skala intimasi pelatih-atlet dan skala kecemasan. Disini peneliti menyusun skala *peak performance* dan skala intimasi pelatih-atlet sesuai dengan dimensi dan indikator teori, sedangkan untuk skala kecemasan peneliti menggunakan alat ukur yang sudah ada dan yang sudah melalui uji validitas dan reliabilitas dengan hasil, reliabilitas 0,932 (*cronbarch's alpha*) dan validitas dengan skor item tertinggi 0,688 dan skor terendah 0,313. Berikut adalah *blue print* dari ketiga skala tersebut:

**Tabel 3.2 Blue Print Peak Performance Sebelum Uji Validitas**

<b>NO</b>	<b>Dimensi</b>	<b>Indikator</b>	<b>Aitem</b>		<b>Juml ah</b>	<b>Bobot (%)</b>
			<b>F</b>	<b>UF</b>		

					<b>Aitem</b>	
1.	Mental Rileks	Merasakan ketenangan internal saat bertanding	1, 6	4	3	6,8%
		Tidak terburu-buru dalam melakukan gerakan-gerakan saat bertanding	5	2,7	3	6,8%
2.	Fisik Rileks	Tidak merasakan ketegangan saat di gelanggang	3, 22	9	3	6,8%
		Tidak merasakan kesulitan dalam melakukan gerakan-gerakan saat bertanding	8	23	2	4,5%
		Mampu melakukan gerak reflejs yang sesuai saat bertanding	11, 24, 27	10	5	11,3%

3.	Optimis	Merasa penuh percaya diri saat bertanding	15, 25	12	3	6,8%
		Tidak merasakan keraguan dalam melakukan gerakan saat bertanding	13, 30	26	3	6,8%
4.	Terpusat	Merasakan keseimbangan saat bertanding	31, 33	14	3	6,8%
		Terfokus pada saat ini (pertandingan saat itu)	17	16, 32	3	6,8%
5.	Berenergi Tinggi	Merasakan kesiapan untuk melakukan pertandingan	18, 35	34	3	6,8%
6.	Kesadaran Tinggi	Peka terhadap rangsangan yang diberikan lawan saat pertandingan	19, 40	42	3	6,8%

		Mampu mengantisipasi rangsangan yang diberikan lawan saat bertanding	41	20	2	4,5%
7.	Terkendali	Mampu mengendalikan gerakan-gerakan saat bertanding	39, 43	21	3	6,8%
8.	Terseludung	Merasa terselimuti saat bertanding	28, 36	44	3	6,8%
		Tidak terpengaruh oleh gangguan diluar gelanggang	29,38	37	2	4,5%
<b>Jumlah</b>			<b>27</b>	<b>17</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

**Table 3.3 Blue Print Intimasi Pelatih-Athlet Sebelum Uji Validitas**

No.	Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah Aitem	Bobot (%)
			F	UF		
1.	Pengungkapan diri	Adanya timbal balik / respon antara pelatih dan atlet	1, 2, 11	10	4	19%
		Ketertarikan untuk berbagi informasi atau pengalaman atlet dan pelatih	15	19	2	9,5%
2.	Kepercayaan	Memiliki rasa saling percaya antara pelatih dengan atlet	4, 7	3	3	14,2%
3.	Kecocokan pribadi	Merasa sama-sama mampu untuk menerima perbedaan antara pelatih dengan atlet	5	12, 14	3	14,2%

4.	Penyesuaian diri	Kemampuan untuk saling mengerti pendapat dan pandangan antara pelatih dengan atlet	8, 20	6	3	14,2%
		Saling memiliki perasaan empati antara pelatih dengan atlet	13, 16	9	3	14,2%
		Memiliki kemauan untuk saling mendengar aktif antara pelatih dengan atlet	17, 21	18	3	14,2%
<b>Jumlah</b>			<b>13</b>	<b>8</b>	<b>21</b>	<b>100%</b>

Table 3.4 Blue Print Kecemasan Sebelum Uji Validitas

No.	Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah Aitem	Bobot (%)
			F	UF		
1.	Fisik	Merasa gelisah saat pertandingan	1, 2,3, 8, 49	15, 25, 32	8	16,3%
		sulit tidur saat menjelang pertandingan	6	12	2	4%
		Ketegangan pada otot-otot	4, 7, 9, 10, 13	14	6	12,2%
		Perubahan irama pernafasan menjadi tidak beraturan saat menjelang pertandingan	5,11		2	4%

		Terjadi kontraksi otot setempat :dagu, sekitar mata dan rahang	22			
2.	Psikis	Gangguan perhatian dan konsentrasi saat pertandingan	18, 19, 26	33	4	8,2%
		Perubahan emosi menjelang pertandingan	23	27	2	4%
		Menurunnya rasa percaya diri saat menjelang pertandingan	20, 28, 38	31, 34, 41, 48	7	12,3%
		Timbulnya obsesi saat pertandingan	29, 45		2	4%
		Menurunnya motivasi	16, 44	36, 43	4	8,2%
		Merasa cepat putus asa	17, 21,	35	7	12,3%

			30, 39, 42, 46			
		Kehilangan kontrol	24, 37, 47	40	4	8,2%
<b>Jumlah</b>			<b>33</b>	<b>16</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>

## F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

### 1. Validitas

Validitas adalah sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 2015). Instrument atau alat ukur yang valid berarti bahwa alat ukur yang digunakan dapat mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2016). Validitas dapat diperoleh melalui analisis terhadap keterhubungan antara konten suatu alat ukur dengan konstruk yang akan diukur. Konten adalah tema-tema, pemilihan kata, tugas-tugas, pertanyaan-pernyataan yang ada dalam alat ukur. Hal ini dapat diperoleh melalui penilaian oleh *expert judgment* atau *Subject Matter Expert (SME)* (Apa, 2014). *Subject Matter Expert* adalah orang yang ahli

mengenai konstrak yang akan diukur dan dalam penyusunan alat ukur ini peneliti berkonsultasi langsung dengan dosen pembimbing.

## 2. Daya Beda Item

Dalam seleksi item skala psikologi yang mengukur atribut afektif, parameter yang paling penting adalah daya diskriminasi item. Menurut Azwar (2015) daya diskriminasi atau daya beda adalah sejauh mana item mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur. Selain itu, indeks daya diskriminasi item merupakan indikator keselarasan atau konsistensi antara fungsi item dengan fungsi skala secara keseluruhan yang dikenal dengan konsistensi item total.

Uji daya beda yang dilakukan dalam penelitian ini digunakan untuk menguji item-item dalam instrumen atau alat ukur penelitian. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan item yang dapat mengukur variabel yang akan diukur dalam penelitian ini. Uji daya beda instrument dilakukan dengan mengkolerasikan skor item dengan skor total menggunakan rumus korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS versi 21. Sugiyono (2016) menjelaskan bila korelasi tiap faktor positif dan besarnya 0,3 keatas. Bila harga korelasi dibawah 0,3 maka dapat disimpulkan bahwa butir instrumen tersebut tidak valid, sehingga harus diperbaiki atau dibuang.

### 3. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan indeks yang digunakan untuk menunjukkan relatif konsistennya sebagai alat ukur. Alat ukur reliabel bila digunakan untuk mengukur obyek yang sama berulang kali akan menghasilkan data yang relatif sama (Sugiyono, 2016). Penelitian ini menggunakan pengujian reliabilitas dengan *internal consistency*. Peneliti menggunakan SPSS Statistik 21 untuk menguji reliabilitas instrument dalam penelitian ini. Adapun rumus koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* sebagai berikut :

$$r = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma^2} \right]$$

Keterangan :

r : koefisien reliabilitas yang dicari

k : jumlah butir pernyataan

$\sigma_i^2$  : varias butir-butir pernyataan

$\sigma^2$  : varians skor tes

### G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan sebuah kegiatan yang dilakukan setelah data dari responden telah terkumpul. Menurut Sugiyono (2016), kegiatan yang dilakukan dalam menganalisis data adalah tabulasi data, menyajikan data,

melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.

Berdasarkan jenis data dan hipotesis yang akan diujikan maka teknik analisis data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan analisis regresi mediasi. Analisis regresi mediasi adalah suatu metode analisis regresi yang melibatkan hubungan dari dua variabel yang diperantai oleh variabel mediator atau *inteventing* (Baron dan Keny, 1986). Dalam hal ini peneliti menggunakan bantuan SPSS versi 21 untuk analisis regresi mediasi.

Langkah-langkah tersebut dalam bentuk persamaan sebagai berikut:

$$\text{Persamaan I : } Y = \alpha_1 + cX$$

$$\text{Persamaan II : } M = \alpha_2 + aX$$

$$\text{Persamaan III : } Y = \alpha_3 + c'X + bM$$

Keterangan :

$Y = \text{Peak Performance}$

$M = \text{Kecemasan}$

$X = \text{Intimasi Pelatih-Athlet}$

$\alpha = \text{Nilai Koefisien Konstanta Regresi}$

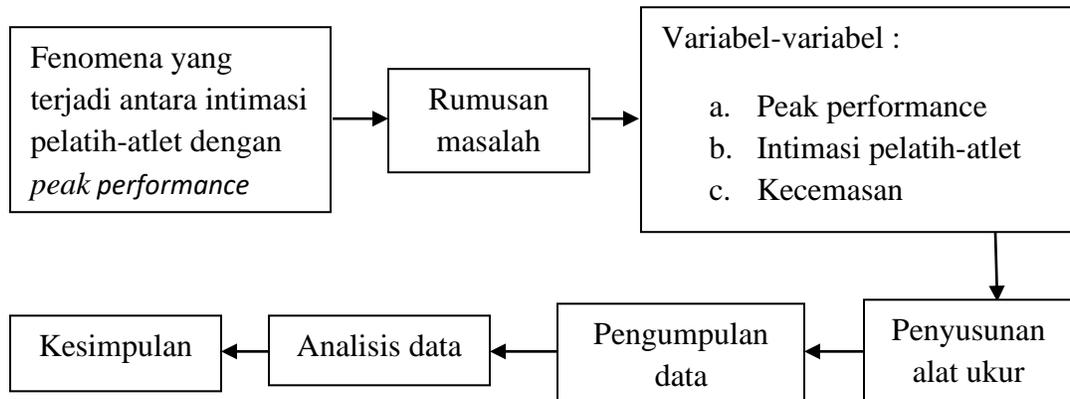
$a = \text{Nilai Koefisien Regresi Intimasi Terhadap Kecemasan}$

$b = \text{Nilai Koefisien Regresi Kecemasan Terhadap Peak Performance dengan Mengontrol Intimasi}$

$c = \text{Nilai Koefisien Regresi Intimasi Terhadap Peak Performance}$

$c^1$  = Nilai Koefisien Regresi Intimasi Terhadap Peak Performance dengan Mengontrol Kecemasan.

### H. Kerangka Kerja



Gambar 3.1.