

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode, dan Bentuk Penelitian

1. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah teknik atau alat yang digunakan dalam suatu penelitian. Menurut Sugiyono (dalam Supandi dkk, 2020) berpendapat bahwa metode yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif, dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Data terkumpul secara deskriptif kuantitatif digunakan untuk memberikan gambaran terhadap keadaan yang sebenarnya, juga untuk menjawab pertanyaan yang berhubungan dengan status subjek dari penelitian (Jalinus & Risfenda, 2020). Dalam penelitian harus menggunakan metode yang sesuai dan tepat dengan masalah yang diteliti, untuk mencapai hasil yang diharapkan dalam suatu penelitian tentu memerlukan suatu metode yang sesuai dengan tujuan masalah yang akan diungkapkan. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Metode penelitian deskriptif adalah suatu jenis penelitian yang bertujuan untuk memberikan gambaran dari suatu fenomena tertentu secara objektif (Elis F Purba, 2012 : 19).

2. Bentuk Penelitian

Bentuk penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei. Menurut Sugiyono (2013 : 11) penelitian metode survei adalah penelitian yang dilakukan dengan menggunakan angket sebagai alat penelitian yang dilakukan pada populasi besar maupun kecil, tetapi data yang dipelajari adalah data dari sampel yang diambil dari populasi tersebut, sehingga ditemukan kejadian relatif distribusi, dan hubungan antara variabel sosiologis dan psikologis.

Survei merupakan bentuk penelitian dengan mengumpulkan data dan informasi suatu fenomena sosial dengan memilih sejumlah responden

sebagai sampel, dan memberikan mereka kuesioner yang sudah baku Rully Indrawan dan Poppy Yaniawati (2014:165).

. Pelaksanaan penelitian bertujuan untuk melihat segala sesuatu yang terjadi pada saat penelitian ini dilaksanakan berkenaan dengan itu, Abdullah (2018 : 3-8) ada banyak bentuk penelitian yang dapat digunakan dalam suatu penelitian antara lain:

- 1) Studi kasus
- 2) Studi survey
- 3) Studi perkembangan

Dalam penelitian ini menggunakan bentuk survei penelitian yaitu dengan mengadakan pengumpulan data mengenai “Analisis persiapan mental dan kepercayaan diri pemain futsal putri IKIP PGRI Pontianak sebelum kompetisi” ini sesuai dengan fakta dan data pada saat penelitian berlangsung kemudian dianalisis dan ditafsirkan guna memperoleh kesimpulan.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah jumlah keseluruhan dari satuan-satuan atau individu-individu yang dapat berupa orang-orang, institusi-institusi, serta benda-benda yang karakteristik hendak di teliti (I Made 2021: 73). Sedangkan menurut Arikunto (2013) populasi adalah keseluruhan dari subjek penelitian. Sedangkan menurut Sugiyono (2018) populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain futsal putri yang masuk semi final dalam kompetisi Pormasi Cup dan pernah mengikuti kompetisi sebelumnya.

Tabel 3.1
Populasi Penelitian

Jumlah Tim	Jenis Kelamin
9 Tim	Perempuan

2. Sampel

Sampel merupakan bagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Menurut Arikunto (2013) sampel merupakan sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sedangkan menurut Sugiyono (2018) sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sedangkan menurut Garalka Darmanah (2019 : 34) sampel adalah bagian jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik yang digunakan adalah *purposive sampling*, pengambilan sampel dengan menggunakan beberapa pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria yang diinginkan untuk dapat menentukan jumlah sampel yang akan diteliti (Sugiyono 2018: 138). Sampel dalam penelitian ini adalah pemain yang di ambil dari 4 tim yang masuk semi final dan kriteria yang ditentukan yaitu, pernah mengikuti kompetisi sebelumnya sehingga peneliti mengambil sampel berjumlah 10 sampel.

C. Teknik Dan Alat Pengumpul Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpul data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Sugiyono 2019). Teknik yang digunakan adalah teknik komunikasi langsung dan teknik komunikasi tidak langsung.

Menurut Sugiyono (2014:137) ada beberapa cara yang dilakukan untuk melakukan pengumpulan data antara lain:

- a. Wawancara terstruktur.
- b. Wawancara Tidak terstruktur.
- c. Kuesioner (angket)

d. Observasi Berpartisipasi.

e. Observasi Non Partisipan

Teknik pengumpul data merupakan faktor yang paling penting dalam penelitian karena berhubungan langsung dengan data yang akan digunakan dalam penelitian. Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik kuesioner (angket) dan wawancara. Untuk itu peneliti menjabarkan teori-teori tentang teknik yang digunakan sebagai berikut:

a. Kuesioner (Angket)

Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono 2019:234). Angket pada penelitian ini menggunakan angket kesiapan mental dan kepercayaan diri pemain sebelum kompetisi.

Skala likeryang digunakan sikap pendapat, prestasi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial. Responden diberikan tugas untuk memberikan tanda centang () pada pertanyaan yang dianggap sesuai dengan dirinya. Untuk dapat mengukur persiapan mental dan kepercayaan diri pemain futsal IKIP PGRI Pontianak sebelum kompetisi.

Dalam menyusun instrumen harus memperhatikan langkah-langkah seperti berikut:

1) Mendefinisikan Konstrak

Mendefinisikan konstrak adalah membuat batasan-batasan mengenai variabel yang akan diukur. Identifikasi kecemasan pada atlet dalam penelitian ini adalah persiapan mental dan kepercayaan diri pemain futsal putri IKIP PGRI Pontianak sebelum kompetisi.

2) Menyidik Faktor

Menyidik faktor-faktor yang menyusun konstrak. dalam

3) Menyusun Butir Pertanyaan

Tabel 3.2
Kisi-kisi Angket Persiapan Mental

Variabel	Indikator	No. Pernyataan		Jumlah	
		positif	Negatif	Positif	negatif
Kesiapan Mental	Mempunyai pertimbangan logis	4	11	1	1
	Mempunyai kemauan dan kemampuan untuk berkerja sama	3, 13	2, 9	2	2
	Mempunyai keberanian untuk bertanggung jawab	7	8	1	1
	Mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri	6, 14	5,12	2	2
	Selalu berusaha untuk mendapatkan kemajuan	16	10	1	1
	Mampu mengendalikan emosi	1, 15	17	2	1
Jumlah				9	8

(Tri Sutamsi Nirwan, 2016)

Tabel 3.3
Kisi-Kisi Angket Kepercayaan Diri

Variabel	Indikator	Butir	
		Positif	Negatif
Kepercayaan diri	Keyakinan pada kemampuan diri	1, 2, 3, 5, 7, 8	4, 6, 9
	Optimisme	11, 13, 14, 15, 17	10, 12, 16
	Objektif	1 18, 19, 22, 24	20, 21, 23, 25
	Kosekuen	28, 31, 32, 33	26, 27, 29, 30
	Rasional dan realistis	34, 38, 40, 41	35, 36, 37, 39
Jumlah		41	

Dyah Ardhini (dalam Muchtar Khabib 2020)

b. Wawancara

Menurut I Mide (2021: 88) wawancara adalah salah satu instrumen yang digunakan untuk menggali data secara lisan. Wawancara dilakukan kepada pemain yang dijadikan subjek penelitian setelah mengisi angket. Wawancara digunakan untuk mengetahui lebih dalam mengenai gambaran kesiapan mental dan kepercayaan diri pemain sebelum kompetisi. Wawancara dilakukan kepada 8 subjek.

2. Alat pengumpul data

Alat adalah sesuatu yang dapat digunakan untuk mempermudah seseorang dalam melaksanakan tugas atau mencapai tujuan secara lebih efektif dan efisien (Sugiyono 2019 : 40). Sebagaimana yang dilakukan oleh Sugiyono (2019: 234) angket merupakan teknik pengumpulan data yang digunakan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.

Angket yang digunakan penulis dalam penelitian adalah angket tertutup. Angket ini disajikan dalam bentuk skala likert, penelitian menggunakan skala likert yang digunakan untuk mengukur sikap dan pendapat. Menurut Sugiyono (2019:167) skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Variabel yang akan diukur menggunakan skala likert adalah optimis dan kemampuan identifikasi peluang. Skala pengukuran likert ini akan mengukur persetujuan dengan skor 1 – 4. Keterangan mengenai pemberian skor dan kategori akan ditunjukkan pada Table 3.1

Tabel 3.4
Kategori Persiapan Mental dan Kepercayaan Diri

No	Interval	Kategori
1	81% -100%	Sangat tinggi
2	61% - 80%	Tinggi
3	41% - 60%	Sedang
4	21% - 40%	Rendah
5	0% - 20%	Sangat Rendah

(Arikunto dalam Soleh & Hakim 2019:498)

Dipilih angket tipe ini karena lebih menarik, sehingga responden terdorong untuk menjawab atau mengisi angket tersebut, lebih mudah untuk menjawab pertanyaan dan waktu yang diperlukan relatif singkat. Agar pernyataan-pernyataan dalam instrumen penelitian lebih sistematis dan dapat mengenai sasaran, maka terlebih dahulu disusun kisi-kisi instrumen penelitian. Kisi-kisi instrumen tersebut dijabarkan ke dalam pernyataan

yang akan digunakan sebagai alat pengumpulan data seperti yang digambarkan dalam tabel 1.2 berikut.

Tabel 3.5
Kisi-kisi Angket Persiapan Mental

Variabel	Indikator	No. Pernyataan		Jumlah	
		positif	Negatif	Positif	negatif
Kesiapan Mental	Mempunyai pertimbangan logis	4	11	1	1
	Mempunyai kemauan dan kemampuan untuk berkerja sama	3, 13	2, 9	2	2
	Mempunyai keberanian untuk bertanggung jawab	7	8	1	1
	Mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri	6, 14	5,12	2	2
	Selalu berusaha untuk mendapatkan kemajuan	16	10	1	1
	Mampu mengendalikan emosi	1, 15	17	2	1
Jumlah				9	8

(Tri Sutamsi Nirwan, 2016)

Tabel 3.6
Kisi-Kisi Angket Kepercayaan Diri

Variabel	Indikator	Butir	
		Positif	Negatif
Kepercayaan diri	Keyakinan pada kemampuan diri	1, 2, 3, 5, 7, 8	4, 6, 9
	Optimisme	11, 13, 14, 15, 17	10, 12, 16
	Objektif	1 18, 19, 22, 24	20, 21, 23, 25
	Kosekuen	28, 31, 32, 33	26, 27, 29, 30
	Rasional dan realistik	34, 38, 40, 41	35, 36, 37, 39
Jumlah		41	

Dyah Ardhini (dalam Muchtar Khabib 2020)

D. Uji Coba Instrumen

1. Validitas

Menurut Sugiyono (2017:125) validitas menunjukkan derajat ketepatan antara data yang sesungguhnya terjadi pada objek dengan data yang dikumpulkan peneliti. Suatu alat ukur disebut memiliki validitas bila

dimana alat ukur tersebut isinya layak mengukur objek yang seharusnya diukur dan sesuai kriteria tertentu. Artinya adanya kesesuaian antara alat ukur dengan fungsi pengukuran dan sasaran pengukuran. Instrumen kuesioner analisis persiapan mental dan kepercayaan diri pemain futsal putri IKIP PGRI Pontianak sebelum kompetisi.

Peneliti hanya menggunakan teknik one shoot .Menurut Ghazali (2013) one shoot atau pengukuran sekali saja, yaitu pengukuran hanya sekali dan kemudian hasilnya dibandingkan dengan pernyataan yang lain atau dengan mengukur jawaban antar pernyataan.

Rumus yang digunakan adalah rumus *product moment*, yaitu

$$r = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{n\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

- r : Koefisien Kprelasi
 $\sum X$: Jumlah Skor Item
 $\sum Y$: Jumlah Skor Total Item
 n : Jumlah Responden

2. Reliabilitas

Keandalan (realibility) berasal dari kata rely yang artinya percaya dan reliabel yang artinya dapat dipercaya. Menurut Sugiyono (2017 : 130) menyatakan bahwa uji reabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dan menggunakan objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama.

Rumus yang digunakan adalah rumus *Cronbach's Alpha* :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(\frac{s_t^2 - \sum p_i q_i}{s_t^2} \right)$$

Sugiyono (2012:359)

Keterangan:

- r_{11} : Reliabilitas Instrumen

k	: Jumlah item dalam instrumen
pi	: Proporsi banyaknya subjek menjawab pada item 1
qi	: $1 - pi$
s_t^2	: Varians total

Instrumen Kesiapan mental diadopsi dari penelitian Tri Sutasmi Nirwan (2016). Berdasarkan hasil uji validitas pengolahan data menggunakan SPSS 16, maka item-item dalam angket valid, untuk Skalan Penerapan Pendekatan Saintifik, kemudian dilakukan uji reliabilitas dengan pengolahan data menggunakan SPSS 16, maka diperoleh reliabilitas kesiapan mental sebesar 0,753 (reliabilitas tinggi)

Instrumen keyakinan diri diadopsi dari penelitian Muchtar Khabib (2020). Instrumen tersebut telah divalidasi oleh dosen ahli yaitu Bapak Dr. Komarudin, M.A, dan telah dilakukan proses ujicoba instrument untuk mengetahui validitas dan reliabilitas.

E. Prosedur Penelitian

Dalam desain penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian Survei dan menggunakan proses penelitian kuantitatif adapun langkah-langkah penelitian kuantitatif menurut Sugiyono (2012:28) adalah sebagai berikut :

1. Memiliki Sumber masalah
2. Rumusan Masalah
3. Konsep dan teori yang relevan
4. Pengajuan hipotesis (jika ada)
5. Praduga antar hubungan antara variabel
6. Mengumpulkan dan menganalisis data
7. Penemuan
8. Kesimpulan

F. Teknik analisis data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah

mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang akan diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.

Setelah semua data terkumpul langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan, teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif. Sedangkan perhitungan dalam lembar observasi menggunakan deskriptif persentase. Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (sugiyono, 2019: 241). Rumus mencari persentase analisis persiapan mental dan kepercayaan diri pemain futsal putri IKIP PGRI Pontianak sebelum kompetisi adalah sebagai berikut:

Jawaban responden selanjutnya dikonversikan dengan skor berikut.

Sangat setuju (SS) = 4

Setuju (S) = 3

Kurang setuju (KS) = 2

Tidak setuju (TS) = 1

Hasil yang diperoleh dihitung dengan rumus berikut:

$$P = \frac{F}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P = presentase

f = frekuensi pengamatan

n = jumlah responden

(Arikunto, 2006)

Kemudian pengolahan hasil penelitian ditentukan dengan kriteria konversi, menurut Arikunto (dalam Soleh & Hakim, 2019), kemudian data tersebut diinterpretasikan kedalam lima tingkatan yaitu:

Tabel 3.7
Kategori Persiapan Mental dan Kepercayaan Diri

No	Interval	Kategori
1	81% -100%	Sangat tinggi
2	61% - 80%	Tinggi
3	41% - 60%	Sedang
4	21% - 40%	Rendah
5	0% - 20%	Sangat rendah

(Arikunto dalam Soleh & Hakim 2019:498)