

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Tipe Penelitian**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang digunakan untuk meneliti pada suatu populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen penelitian analisis data yang bersifat statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan apakah diterima atau ditolak (Sugiyono, 2015: 14).

Tipe yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi. Korelasi merupakan analisis yang digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel. Oleh karena itu , apabila hubungan antar variabel, maka perubahan-perubahan yang terjadi pada salah satu variabel akan mengakibatkan terjadinya perubahan pada variabel lain(Azwar, 2014:132).

Sesuai dengan namanya penelitian kuantitatif banyak dituntut menggunakan angka. Mulai dari pengumpulan data, interpretasi terhadap data tersebut serta penampilan dari hasilnya. Demikian juga dengan penjelasan akan kesimpulan penelitian akan lebih baik apabila juga disertai dengan tabel, grafik, bagan, gambar atau tampilan lain (Arikunto, 2010:27).

Pada penelitian ini, peneliti ingin mengetahui ada tidaknya hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan bertanding pada atlet renang KRPG.

### 3.2 Identifikasi Variabel

Istilah variabel merupakan istilah yang tidak pernah ketinggalan dalam setiap jenis penelitian, Variabel penelitian pada dasarnya merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan dan dibatasi oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015:38).

Menurut hubungan antar satu variabel dengan variabel lain maka macam-macam variabel dalam penelitian dapat dibedakan menjadi dua yakni :

1. Variabel bebas (*Independent*) sering disebut dengan variabel stimulus atau predictor. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya variabel terikat, biasanya disimbolkan dengan huruf (x). Variabel bebas (x) dalam penelitian ini adalah : Kepercayaan Diri.
2. Variabel terikat (*dependent*) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2009:39). Jadi variabel terikat, nilai-nilainya bergantung pada variabel lain dan biasanya disimbolkan dengan huruf (Y). Variabel terikat (y) dalam penelitian ini adalah Kecemasan.

### 3.3 Definisi Operasional

Definisi Operasional merupakan definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Proses pengubahan definisi konseptual yang lebih menekankan kriteria hipotik menjadi definisi operasional disebut dengan operasionalisasi variabel penelitian (Azwar, 2014:74). Dengan demikian peneliti menjelaskan definisi operasional dari Kepercayaan Diri dan Kecemasan dalam penelitian ini sebagai berikut :

#### A. Kecemasan

Kecemasan adalah perasaan yang tidak menyenangkan berupa ketakutan dan kekhawatiran terhadap sesuatu tanpa sebab yang khusus. Menurut Nevid (2005 : 164) indikator yang menunjukkan kecemasan adalah :

1. Simptom Fisik
2. Simptom Perilaku
3. Simptom Kognitif

#### B. Kepercayaan Diri

Kepercayaan Diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mencapai keberhasilan tanpa keraguan dan kekhawatiran sehingga dalam setiap tindakannya ia merasa aman.

Menurut Lauster (2003) indikator yang menunjukkan kepercayaan diri adalah :

1. Keyakinan akan kemampuan diri
2. Optimis
3. Obyektif
4. Bertanggung Jawab
5. Rasional

### **3.4 Populasi dan Teknik Sampling**

#### **3.4.1 Populasi**

Menurut Sugiyono (2015 : 80) populasi merupakan wilayah umum yang terdiri atas obyek atau subyek penelitian yang mempunyai karakteristik yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulan. Dalam penelitian ini populasinya adalah atlet renang yang tergabung dalam Klub Renang Petrokimia Gresik (K RPG) yang berjumlah 40 orang. Adapun karakteristik yang telah ditetapkan adalah sebagai berikut :

- Subjek seorang atlet renang baik laki-laki atau perempuan.
- Subjek pernah mengikuti perlombaan tingkat Nasional.
- Subjek berusia 12-21 tahun Remaja.

### **3.4.2 Teknik Sampling**

Menurut Sugiyono (2015:81) sampel dalam penelitian merupakan bagian dari jumlah yang memiliki karakteristik tertentu yang dimiliki populasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non probability sampling* dengan tehnik sampling jenuh. Sampling jenuh merupakan tehnik penelitian yang menjadikan semua populasi sebagai sampel, hal ini dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil (Sugiyono, 2015:85). Penelitian ini menggunakan tehnik pengambilan sampling jenuh dikarenakan populasi dalam penelitian ini relatif kecil yakni 46 orang.

### **3.5 Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang bertujuan untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang diteliti (Azwar, 2014:91). Pengumpulan data dapat menggunakan sumber primer atau sumber sekunder. Sumber primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data, sedangkan sumber sekunder merupakan sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data (Sugiyono, 2015 :193).

Penelitian ini mengumpulkan data dari sumber primer, dengan menggunakan instrumen pengumpulan data berupa kuisisioner (angket). Kuisisioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal yang diketahui (Arikunto, 2010:194). Penelitian ini menggunakan tehnik pengumpulan kuisisioner karena merupakan tehnik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi

seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2015:142).

Pengambilan data untuk kepentingan penelitian ini menggunakan skala jenis *Likert* yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu fenomena sosial. Dalam Skala *Likert*, variabel yang akan diukur harus dijabarkan terlebih dahulu menjadi indikator variabel, kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen (Sugiyono, 2015:93).

Adapun alternatif jawaban yang digunakan adalah empat pilihan jawaban dikarenakan jika menggunakan lima alternatif jawaban responden akan cenderung memilih alternatif yang ada ditengah karena dirasa aman dan paling gampang (Arikunto, 2010:284). Adapun alternatif jawaban dan skor skala *likert* yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

**Tabel 3.1 Alternatif Jawaban Skala *Likert***

No	<i>Favorabel</i>		<i>Unfavorabel</i>	
	Alternatif Jawaban	Nilai	Alternatif Jawaban	Nilai
1.	Sangat Sesuai	4	Sangat Sesuai	1
2.	Sesuai	3	Sesuai	2
3.	Tidak Sesuai	2	Tidak Sesuai	3
4.	Sangat Tidak Sesuai	1	Sangat Tidak Sesuai	4

Penelitian ini menggunakan skala Kecemasan dan skala kepercayaan diri, adapun instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu :

## A. Skala Kecemasan

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen Kecemasan yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek kecemasan menurut Nevid (2005). Alat ukur ini terdiri dari 58 butir item, indikator alat ukur kecemasan akan dipaparkan pada tabel 3.2.

**Tabel. 3.2 *Blueprint* Skala Kecemasan**

Aspek	Indikator	Sebaran Item		Jumlah
		Fav	Unfav	
Simptom Fisik	a. Badan Gemetar	2	21	2
	b. Keringat Berlebih	4	23	2
	c. Jantung berdebar	12	29	2
	d. Sulit bernafas	14, 40	5, 51	4
	e. Pusing	6	13	2
	f. Mual	22	7	2
	g. Badan terasa panas dingin	24	15	2
	h. Lebih sensitif	18	41	2
	i. Gugup	8, 42	17, 19	4
	j. Pingsan	58	9	2
	k. Merasa Lemas	10, 20	53, 25	4
l. Tegang	16, 54	11, 37	4	
Simptom Perilaku	a. Perilaku Menghindar	38, 46	55, 35	4
	b. Perilaku Terguncang	34	3	2
	c. Perilaku Melekat / ketergantungan	50, 48	31, 57	4
	d. Meninggalkan situasi yang menimbulkan kecemasan	36, 52	29, 45	4
Simptom Kognitif	a. Khawatir	30, 32	47, 49	4
	a. Perasaan terancam oleh orang atau peristiwa	56, 44	33, 27	4
	b. Bingung	26	1	2
	c. Perasaan khawatir akan ditinggal sendiri	28	43	2
<b>Total</b>		<b>29</b>	<b>29</b>	<b>58</b>

## B. Skala Kepercayaan Diri

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen Kepercayaan Diri yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek Kepercayaan Diri menurut Lauster (2003). Alat ukur ini terdiri dari 48 butir item, indikator alat ukur kepercayaan diri akan dipaparkan pada tabel 3.3.

**Tabel 3.3 Blueprint Skala Kepercayaan Diri**

Aspek	Indikator	Sebaran Item		Jumlah
		Fav	Unfav	
Keyakinan akan kemampuan diri	a. Sikap Positif tentang dirinya	1, 3, 31	4, 6, 34	6
	b. Sungguh-sungguh pada apa yang akan dilakukan	5, 23	36, 32	4
Optimis	a. Selalu berpandangan baik pada harapan	7, 45, 13	2, 12, 38	6
	b. Selalu berpandangan baik pada kemampuannya	11, 25, 47, 39, 21, 33, 35, 9	22, 40, 14, 26, 44, 10, 48, 24	16
Obyektif	a. Memandang permasalahan sesuai dengan kebenaran / masuk akal	37, 41, 19, 27	8, 16, 18, 42,	8
Bertanggung jawab	a. Bertanggung jawab pada segala sesuatu yang dilakukannya	15, 43	28, 46	4
Rasional	a. Pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.	29, 17	20, 30	4
<b>Total</b>		<b>24</b>	<b>24</b>	<b>48</b>



### 3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

#### 3.6.1 Validitas

Validitas adalah derajat keabsahan instrumen dalam mengukur konsep yang akan diukur (Usman, 2014:183). Validitas menentukan sejauh mana ketepatan alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Alat ukur dikatakan memiliki validitas yang tinggi jika alat tersebut menjalankan fungsinya dan memberikan hasil yang sesuai (Azwar, 2014: 51). Terdapat tiga jenis validitas, yaitu validitas isi, validitas konstruk, dan validitas berdasarkan kriteria (Azwar, 2014: 52).

Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi melalui pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau melalui *Professional Judgment*, yang menandakan bahwa indikator pada masing-masing skala dapat digunakan untuk mengukur konstruk. Pernyataan yang dicari jawabannya dalam validitas ini adalah sejauh mana item-item tes mewakili komponen-komponen dalam keseluruhan kawasan isi objek yang hendak diukur, dan sejauh mana item-item tes mencerminkan ciri perilaku yang hendak diukur (Azwar, 2014:52).

Sedangkan validitas konstruk merupakan validitas yang menunjukkan sejauhmana hasil tes mampu mengungkap suatu *trait* atau suatu konstruk teoritik yang hendak diukurnya. Prosedur validitasi tes berdasarkan kriteria menghendaki tersedianya kriteria eksternal yang dapat dijadikan dasar pengujian skor tes. Suatu kriteria adalah variabel perilaku

yang akan diprediksikan oleh skor tes atau berupa suatu ukuran lain yang relevan (Azwar, 2012 :45).

Peneliti menggunakan validitas isi karena peneliti menggunakan rancangan *blue print*, sehingga tidak keluar dari batasan tujuan pengukuran. Sebagai usaha dalam mengetahui validitas isi dari alat ukur yang digunakan, maka peneliti meminta bantuan 2 orang sebagai *Professional Judgment* untuk melakukan rater dengan memberikan catatan-catatan yang meliputi kritik atau saran pada alat ukur penelitian ini.

Pada penelitian ini juga dilakukan uji indeks daya diskriminasi aitem. Indeks daya diskriminasi aitem adalah keselarasan atau konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala secara keseluruhan yang dikenal dengan istilah konsistensi aitem-total. Pengujian ini dilakukan dengan cara menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dengan skor skala. Komputasi ini akan menghasilkan koefisien korelasi aitem-total ( $r_{ix}$ ). Tujuan dari pengujian indeks daya diskriminasi aitem adalah mengetahui aitem yang valid dan tidak valid. Adapun kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem-total menggunakan batasan  $r_{ix} \geq 0,30$ . Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya bedanya dianggap memuaskan. Aitem yang memiliki harga  $r_{ix} \leq 0,30$  dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya beda rendah (Azwar, 2012:86).

Cara lain yang digunakan dalam mengestimasi validitas aitem tersebut, dapat digunakan bantuan komputer dengan menggunakan program IBM Statistical Program for Social Science (SPSS) versi 20.

### 3.6.2 Reliabilitas

Reliabilitas merupakan sejauh mana ikonsistensi hasil pengukuran terjadi apabila pengukuran dilakukam ulang dengan kelompok subjek yang sama (Azwar, 2014:29 ). Jenis reliabilitas yang digunakan adalah *Alpha Cronbach* yang merupakan perhitungan malalui bentuk skala yang dikenakan hanya sekali pada kelompok responden. uji *Alpha Cronbanch* memiliki ketentuan berdasarkan besarnya koefisien reliabilitas yang berkisar antara 0,00 sampai 1,00. Uji *Alpha Cronbanch* biasanya digunakan sebagai penduga dari reliabilitas konsistensi internal dari suatu skor tes untuk sampel. Reliabilitas alpha adalah data yang diperhitungkan melalui satu bentuk skala yang dikenakanhanya satu kali pada kelompok responden (*Single-trial administrasi*) (Azwar, 2011: 18 2).

Azwar (2011: 83) menyatakan bahwa suatu alat ukur akan memiliki koefisien reliabilitas yang tinggi jika semakin mendekati angka 1,00. Secara umum reliabilitas yang dianggap sudah cukup memuaskan jika angka reliabilitas menunjukkan  $\geq 0,700$  (Suryabrata, 2012: 28). Untuk mengetahui reliabilitas dari instrument pengumpulan data yang digunakan, perhitungannya dibantu dengan program SPSS for Windows versi 20.

### 3.7 Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif, analisis data merupakan rangkaian kegiatan setelah data terkumpul dan dikelompokkan berdasarkan variabel dan jenis responden (Sugiyono, 2015:147). Teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif tidak terlepas dari penerapan metode statistik tertentu. Untuk melihat hubungan antara dua variabel yaitu variabel bebas (X) kepercayaan diri dan variabel terikat (Y) kecemasan, peneliti menggunakan *Product Moment Correlation Coefficient* oleh Pearson. *Product Moment Correlation Coefficient* oleh Pearson dimaksudkan untuk menggambarkan hubungan antara dua variabel yang sama-sama berjenis interval atau rasio (Winarsunu, 2002). Adapun jenis data yang dihasilkan dalam penelitian ini sama-sama berjenis interval baik variabel X (Kepercayaan Diri) maupun variabel Y (Kecemasan).