

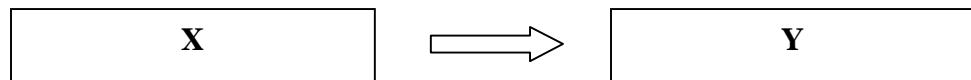
## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Penelitian ini merupakan bentuk penelitian deskriptif dengan menggunakan teknik korelasional. Penelitian dengan teknik korelasional merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel yang lainnya, besar atau tinggi hubungan tersebut dinyatakan dalam bentuk koefisien korelasi (Arikunto, 2002).

Penelitian ini menghubungkan antara variabel *self efficacy* dengan *peak performance* secara sistematis, model hubungan antara kedua variabel penelitian tersebut dapat digambarkan sebagai berikut :



Keterangan :

X : *Self Efficacy*

→ : Hubungan

Y : *Peak Performance*

## B. Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional

### 1. Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen (X) dan variabel dependen (Y). Pada penelitian ini yang menjadi variabel independen adalah *self efficacy* dan variabel dependen adalah *peak performance*.

Variabel Independen : *Self efficacy*

Variabel Dependen : *Peak performance*.

### 2. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel *self efficacy* dan *peak performance* dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### a. *Self efficacy*

*Self efficacy* merupakan keyakinan diri atlet Sekolah Sepakbola (SSB) Yapora Pratama akan kemampuan individu agar dapat mengorganisasi dan melaksanakan serangkaian tindakan yang dianggap perlu sehingga mencapai suatu hasil yang diharapkan. *self efficacy* diukur menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori Bandura (1997) yang berjumlah 33 aitem.

#### b. *Peak performance*

*Peak performance* adalah penampilan atau perilaku yang telah mengoptimalkan potensi dalam diri seorang atlet Sekolah Sepak Bola (SSB) Yapora Pratama dengan cara tertentu yang dapat menghasilkan sebuah prestasi. *Peak Performance* diukur

dengan menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori McCafrey dan Orlick (dalam Satiadarma, 2000) yang berjumlah 36 aitem.

### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

#### **1. Populasi Penelitian**

Menurut Arikunto (2002), populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet aktif sepak bola di sekolah sepak bola SSB Yapor Pratama U-15 dan U-17 Pekanbaru sebanyak 76 orang. Berikut keterangan populasi terlihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel. 3.1

Jumlah Populasi Sekolah Sepak Bola SSB Yapor Pratama

No	Kategori Usia	Jumlah
1	Under 15 Tahun	32 Orang
2	Under 17 Tahun	44 Orang
	Jumlah	76 Orang

*Sumber: Bagian Administrasi sekolah sepak bola SSB Yapor Pratama, 2013*

#### **2. Sampel Penelitian**

Sugiyono (2007) Sampel penelitian adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Apabila subjek kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan populasi (Arikunto, 2002). Dikarenakan populasi tidak mencapai 100 subjek, maka subjek dari penelitian ini adalah seluruh populasi, yaitu sebanyak 76 orang anggota sekolah sepakbola (SSB) Yapor Pratama U-15 dan U-17.

## D. Teknik Pengumpulan Data

### 1. Alat Ukur

#### a. Alat Ukur Untuk Variabel *Self Efficacy*

Skala *self efficacy* disusun berdasarkan dimensi yang dikemukakan Bandura (1997), yaitu: *magnitude*, *generality* dan *strength*. Skala ini disusun dengan model skala likert dengan empat pilihan jawaban. Berikut pilihan jawaban dan skor untuk masing-masing pilihan jawaban disajikan dalam dalam tabel 3.2 dan acuan atau *blue print* skala *self Efficacy* disajikan dalam table 3.3.

Tabel 3.2.  
Pilihan Jawaban Skala *Self Efficacy*

Pilihan Jawaban	Keterangan	Skor	
		Favorable	Unfavorable
STS	Sangat Tidak Setuju	1	4
TS	Tidak Setuju	2	3
S	Setuju	3	2
SS	Sangat Setuju	4	1

Table 3.3.  
*Blue print Self Efficacy*

No	Dimensi	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			Favo- rable	Unfavo- rable	
1	<i>Magnitude</i>	1. Menyelesaikan tugas dari yang mudah, sedang, sampai yang sulit	1,3,30	10,11	5
		2. Pengaruh dari pengalaman orang lain	14, 21	31, 37	4
		3. Menghindari tugas yang tidak mampu	13, 35	17,38	4
2	<i>Generality</i>	1. Tingkat persamaan aktivitas	5, 24	32,39	4
		2. Cara mengekspresikan kemampuan	6, 22	19, 40	4
		3. Kesiapan menghadapi situasi	7, 23,25	20,41	5
3	<i>Strength</i>	4. Mengarahkan perilaku	4,26	28,42	4
		1. Kegigihan dalam menghadapi tugas dan situasi	2,9,15,29	18,43	6
		2. Pengaruh pengalaman pribadi	8,16,27	33,44	5
		3. Pengaruh penilaian orang lain	12, 36	34,45	4
Total			25	20	45

### **b. Alat Ukur Untuk *Peak performance***

Skala *peak performance* disusun berdasarkan teori McCafrey dan Orlick (dalam Setiadarma, 2000), Skala ini disusun dengan model skala likert yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral. Penghilangan jawaban netral ini berguna untuk menghindari jawaban yang mengelompok sehingga dikhawatirkan peneliti akan kehilangan banyak data.

Skala *peak performance* disusun berdasarkan elemen-elemen dari McCafrey dan Orlick (Setiadarma, 2000), yaitu: kualitas diatas kuantitas, sasaran yang jelas, latihan *imagery* setiap hari memusatkan perhatian pada tiap pukulan (kekinian), mengenali situasi yang menekan (terkendali), berlatih dan merencanakan mengikuti pertandingan, memusatkan perhatian pada pertandingan yang akan diikuti, menggunakan strategi untuk mengendalikan gangguan, melakukan evaluasi pasca-tanding, memahami secara jelas perbedaan kondisi bermain baik dan buruk. Berikut pilihan jawaban dan skor untuk masing-masing pilihan jawaban disajikan dalam dalam tabel 3.4 dan acuan atau *blue print* skala *peak performance* disajikan dalam table 3.5.

Tabel 3.4.  
Pilihan Jawaban Skala *Peak Performance*

Pilihan Jawaban	Keterangan	Skor	
		Favorable	Unfavorable
STS	Sangat Tidak Setuju	1	4
TS	Tidak Setuju	2	3
S	Setuju	3	2
SS	Sangat Setuju	4	1

Tabel 3.5  
*Blue Print Skala Peak performance*

No	Indikator	Favorabel	Unfavorabel	Jumlah
1.	Komitmen penuh	11,26	15,27	4
2.	Kualitas di atas kuantitas	1,9	14,28	4
3.	Sasaran yang jelas	10,29	16,30	4
4.	Latihan imagery setiap hari	5,7	31,32	4
5.	Memusatkan perhatian pada tiap tendangan (kekinian )	17,33	13,34	4
6.	Mengenali situasi yang menekan (terkendali)	12,25	8,18	4
7.	Berlatih dan merencanakan mengikuti pertandingan	2,3,6,19	35,36,37,38	8
8.	Memusatkan perhatian pada pertandingan yang akan diikuti.	4,39	40,41	4
9.	Menggunakan strategi untuk mengendalikan gangguan	42,43	44,45	4
10.	Melakukan evaluasi pasca-tanding	22,24	20,46	4
11.	Memahami secara jelas perbedaan kondisi bermain baik dan buruk.	21,47	23,48	4
Jumlah		24	24	48

## **E. Uji Coba Alat Ukur**

Sebelum penelitian ini dilaksanakan, maka alat ukur yang akan digunakan harus diuji cobakan terlebih dahulu. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas alat ukur yang akan digunakan.

### **1. Validitas**

Validitas dapat diartikan sejauhmana ketepatan atau kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu alat ukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat ukur tersebut dapat menjalankan fungsi ukurnya atau

memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut (Azwar, 2009).

Pengujian validitas dilakukan dengan menggunakan bantuan program *SPSS 17.00 for Windows*, dengan cara menghubungkan atau mengkorelasikan skor tiap butir dengan skor totalnya. Berikut hasil uji coba (*try out*) skala *self efficacy* dengan aitem yang sah dan aitem yang gugur disajikan dalam table 3.6:

Table 3.6

*Blueprint Self Efficacy Setelah Try Out yang Sahih dan yang Gugur*

No	Dimensi	Indikator	Nomor Aitem				Jumlah
			Favorable	Unfavorable			
			valid	Gugur	Valid	Gugur	
1. <i>Magnitude</i>	1. Menyelesaikan tugas dari yang mudah, sedang, sampai yang sulit		1,3,30	-	11	10	5
	2. Pengaruh dari pengalaman orang lain.		14, 21	-	31	37	4
	3. Menghindari tugas yang tidak mampu		13, 35	-	17,38	-	4
2. <i>Generality</i>	1. Tingkat persamaan aktivitas		24	5	32,39	-	4
	2. Cara mengekspresikan kemampuan		6, 22		19	40	4
	3. Kesiapan menghadapi situasi		7, 23	25	20,41		5
	4. Mengarahkan perilaku		4,26		42	28	4
3. <i>Strength</i>	1. Kegigihan dalam menghadapi tugas dan situasi		15,29	2,9	18	43	6
	2. Pengaruh pengalaman pribadi		8,16	27	33,44		5
	3. Pengaruh penilaian orang lain		36	12	34	45	4
Total			19	6	14	6	45

Dari hasil perhitungan komputerisasi, variabel *self efficacy* (x) diperoleh korelasi aitem total ( $r_{xy}$ ) yang berkisar antara 0,0507-0,6605. Dari total 45 aitem yang diuji cobakan, terdapat 33 aitem yang memiliki koefisien aitem total di atas 0,30 dengan kata lain terdapat 33 aitem yang sah dan 12 aitem yang gugur.

Untuk variabel *peak performance* (Y), diperoleh korelasi aitem total ( $r_{xy}$ ) yang berkisar antara 0,0398-0,5548 dari 48 aitem yang diuji cobakan, terdapat 36 aitem yang memiliki korelasi aitem total diatas 0,30. Dengan kata lain terdapat 36 aitem yang sah dan terdapat 12 aitem yang gugur, untuk skala *peak performance* setelah dilakukan uji coba (*try out*) dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3.7

Blue Print Skala *Peak performance* Setelah Try Out yang Valid dan yang Gugur

No	Indikator	Favorabel		Unfavorabel		Jumlah
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1.	Komitmen penuh	26	11	15,27	-	4
2.	Kualitas di atas kuantitas	1,9	-	14,28	-	4
3.	Sasaran yang jelas	10,29	-	30	16	4
4.	Latihan imagery setiap hari	7	5	31,32	-	4
5.	Memusatkan perhatian pada tiap tendangan (kekinian )	17,33	-	34	13	4
6.	Mengenali situasi yang menekan (terkendali)	12,25	-	8,18	-	4
7.	Berlatih dan merencanakan mengikuti pertandingan	3, 19	2, 6	35,37	36,38	8
8.	Memusatkan perhatian pada pertandingan yang akan diikuti.	39	4	40,41	-	4
9.	Menggunakan strategi untuk mengendalikan gangguan	42	43	44,45	-	4
10.	Melakukan evaluasi pasca-tanding	22,24	-	46	20	4
11.	Memahami secara jelas perbedaan kondisi bermain baik dan buruk.	21,47	-	23	48	4
Total		18	6	18	6	48

Setelah diuraikan rincian dan butir-butir aitem yang sahih dan aitem yang gugur, selanjutnya disusun *blueprint* yang terbaru untuk penelitian yang sebenarnya. Adapun bentuk *blueprint* terbaru dari skala *self efficacy* dan skala *peak performance*, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Table 3.8  
*Blueprint Self Efficacy Untuk Riset (X)*

No	Dimensi	Indikator	Nomor Aitem		
			Favo- rable	Unfavo- rable	Jumlah
1.	Magnitude	1. Menyelesaikan tugas dari yang mudah, sedang, sampai yang sulit	1,2,22	7	4
		2. Pengaruh dari pengalaman orang lain	9, 16	23	3
		3. Menghindari tugas yang tidak mampu	8, 27	12,29	4
2.	Generality	1. Tingkat persamaan aktivitas	19	24, 30	3
		2. Cara mengekspresikan kemampuan	4, 17	14	3
		3. Kesiapan menghadapi situasi	5, 18	15,31	4
		4. Mengarahkan perilaku	3,20	32	3
3.	Strength	1. Kegigihan dalam menghadapi tugas dan situasi	10,21	13	3
		2. Pengaruh pengalaman pribadi	6,11	25,33	4
		3. Pengaruh penilaian orang lain	28	26	2
		Total	19	14	33

Tabel 3.9

Blue Print Skala Peak performance Untuk Riset (Y)

No	Indikator	Favorabel	Unfavorabel	Jumlah
1	Komitmen penuh	18	9,19	3
2	Kualitas di atas kuantitas	1,5	8,20	4
3	Sasaran yang jelas	6,21	22	3
4	Latihan imagery setiap hari	3	23,24	3
5	Memusatkan perhatian pada tiap tendangan (kekinian )	10,25	26	3
6	Mengenali situasi yang menekan (terkendali)	7,17	4,11	4
7	Berlatih dan merencanakan mengikuti pertandingan	2,12	27,28	8
8	Memusatkan perhatian pada pertandingan yang akan diikuti.	29	30,31	3
9	Menggunakan strategi untuk mengendalikan gangguan	32	33,34	3
10	Melakukan evaluasi pasca-tanding	14,16	35	3
11	Memahami secara jelas perbedaan kondisi bermain baik dan buruk.	13,36	15	3
Jumlah		18	18	36

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas diterjemahkan dari kata *reliability*. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi maksudnya adalah pengukuran yang dapat menghasilkan data yang reliabel. Ide pokok Konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil dari suatu pengukuran dapat dipercaya. Hasil ukur dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah (Azwar, 2009).

Uji reliabilitas menggunakan teknik alpha dengan bantuan program *SPSS 17.00 for Windows* melalui komputer. Skala yang diestimasi reliabilitasnya dibelah menjadi dua, sehingga setiap belahan berisi aitem-aitem dalam jumlah yang sama

banyak, maka peneliti menggunakan uji statistik koefisien reliabilitas Alpha. Uji Reliabilitas dilakukan dengan bantuan program *SPSS 17.00 for Windows*.

Dari perhitungan dengan menggunakan program *SPSS 17.00 for Windows* diketahui reliabilitas skala *self efficacy* (X) dari 33 aitem yang sah dan skala *peak performance* (Y) dari 36 aitem yang sah. Berdasarkan uji reliabilitas terhadap aitem pada skala *self efficacy* diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,9210 dan pada uji reliabilitas terhadap aitem pada skala *peak performance* sebesar 0,7824. Dengan demikian reliabilitas skala *self efficacy* dan skala *peak performance* dalam penelitian ini tergolong tinggi.

Dalam perhitungan ini dilakukan dengan menggunakan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 17.00 for Windows*. Aplikasinya, reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada pada rentang 0-1.00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas yang mendekati 1.00, berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya, koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0, berarti semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2008).

## **F. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik perhitungan korelasi *Product Moment* dari Carl Pearson, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan *peak performance* pada atlet sepakbola. Teknik korelasi *Product Moment* dianggap paling tepat untuk digunakan dalam menganalisa data hasil penelitian, karena teknik yang dikemukakan oleh

Pearson ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi antara dua variabel yang diteliti (Arikunto, 2002). Uji korelasi dilakukan dengan bantuan program computer *SPSS 17.00 for Windows*.

### **G. Jadwal Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 4 mei hingga tanggal 18 Mei Untuk melihat adanya hubungan *Self Efficacy* dan *Peak Performance* pada atlet sepakbola dengancara mendatangin subjek satu persatu.

Table 3.10  
Jadwal penelitian

No	Kegiatan	Masa Pelaksana
1.	Persiapan	
	A. Pengajuan sinopsis	22 Agustus 2012
	B. Penentukan dosen pembimbing	18 September 2012
	C. Penyususnan proposal penelitian	19 September 2012 - 30 Juli 2013
	D. ACC. Proposal penelitian	31 Juli 2013
	E. Seminar proposal	30 November 2013
	F. Perbaikan proposal	9 November - 4 Desember 2013
	G. Try Out alat ukur	9 Februari 2014
2.	Pelaksanaan penelitian	4 - 18 Mei 2014
3.	Pengolahan data penelitian	5 - 27 Mei 2014
4.	Penyusunan dan konsultasi skripsi	29 Mei - 6 September
5.	Ujian seminar hasil	1 Oktober 2014
6.	Ujian munaqasah/ skripsi	14 Januari 2015
7.	Revisi skripsi	15 januari 2015