

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Hubungan antara percaya diri dengan kemampuan jurus Tai Chi-wushu pada kejuaraan nasional wushu di Bandung.
2. Hubungan antara kecemasan dengan kemampuan jurus Tai Chi-wushu pada kejuaraan nasional wushu di Bandung.
3. Hubungan antara percaya diri dan kecemasan secara bersama-sama dengan kemampuan jurus Tai Chi-wushu pada kejuaraan nasional wushu di Bandung.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Universitas Negeri Jakarta (UNJ), mulai Juli 2011 - Desember 2012. Adapun tempat pengambilan datanya adalah di Gedung Olahraga (GOR) Bandung. Jalan Jakarta, no. 18 Bandung, 14-17 Desember 2011, tempat berlangsungnya kejuaraan nasional wushu, yang salah satunya adalah Tai Chi.

C. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara mencari kebenaran dan azas-azas gejala alam, masyarakat atau kemanusiaan berdasar disiplin ilmu yang

bersangkutan.¹ Adapun metode yang dipergunakan pada penelitian ini adalah metode *deskriptif* yang mengungkapkan/menjelaskan apa adanya,² dengan pengolahan datanya menggunakan analisis korelasional.

D. Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan objek yang diteliti dalam ruang lingkup dan waktu yang ditentukan.³ Pengertian lain menyebutkan bahwa populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari manusia, tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes, atau peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu dalam suatu penelitian.

Populasi dibedakan ke dalam hal berikut ini:

1. Populasi teoritis (*theoretical population*), yaitu sejumlah populasi yang batas-batasnya ditetapkan secara kuantitatif.
2. Populasi yang tersedia (*accessible population*), yaitu sejumlah populasi yang secara kuantitatif dapat dinyatakan dengan tegas. Contoh: siswa sebanyak 35 orang dalam satu kelas.⁴

Pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah atlet Tai Chi-wushu junior pada kejuaraan nasional wushu untuk kelompok: umur 16-18 tahun (Group A) dan 13–15 tahun (Group B), putera/puteri, dengan

¹ Hasan Alwi, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, edisi ketiga (Jakarta: Depdiknas dan Balai Pustaka, 2001), h. 741.

² Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), h. 248.

³ S. Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan* (Jakarta: Rineka Cipta, 1996), h. 118.

⁴ *Ibid.*, h. 118.

katagori jurus sama. Keseluruhan populasi berjumlah 21 orang, terdiri atas 5 orang group A dan 16 orang group B.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Teknik sampling adalah cara untuk menentukan jumlah yang sesuai ukurannya dengan sumber data yang sebenarnya, dengan memperhatikan sifat-sifat penyebaran populasi agar diperoleh sampel yang representatif. Adapun teknik sampling yang digunakan di sini adalah teknik sampling populis atau sampel jenuh artinya seluruh populasi dijadikan sampel,⁵ yaitu keseluruhan populasi Tai Chi-wushu junior, yaitu 21 orang, terdiri dari: group A berjumlah 5 orang dan group B berjumlah 16 orang.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Variabel Kemampuan Jurus Tai Chi (Y)

a. Definisi Konseptual

Kemampuan jurus Tai Chi di sini adalah kemampuan melakukan gerakan-gerakan halus di dalam diri manusia yang dihasilkan melalui latihan olah nafas, sehingga keluar dalam bentuk tenaga yang sangat dahsyat secara fisik.

b. Definisi Operasional

Kemampuan jurus Tai Chi adalah kekuatan jiwa yang muncul dari hasil olah nafas yang berwujud gerakan-gerakan, sehingga ke luar dalam bentuk tenaga yang sangat dahsyat. Hal ini diukur dengan

⁵ *Ibid.*, h. 126.

observasi melalui nilai angka pada perlombaan Tai Chi pada panitia kejuaraan nasional wushu di Bandung.

Adapun indikator pada variable Y, (Bagian I): persiapan, pembukaan, berputar ke kanan, menangkis, menangkap ekor burung, berputar dan tekan, buka tangan dan dorong, lecutan tunggal, bermain gitar, menarik dan melangkah dengan bahu, burung bangau merentangkan sayap, gosok lutut dan dorong, bermain gitar kiri, gosok lutut dan dorong, melangkah ke depan, menangkis dan meninju, lepaskan lengan dan dorong, berputar dan akhiri. (Bagian II): panggul harimau kembali ke gunung, berputar menyilang ke belakang dan tekan, pisahkan tangan secara menyilang dan dorong, lecutan tunggal diagonal, kepala di bawah sikut, menangkis monyet kanan, menangkis monyet kiri, terbang melayang, tangan berawan, membuka, tangan berawan kiri, tangan berawan, kanan, tangan berawan, kiri menjadi lecutan, lecutan tunggal terpisah, ular merayap turun, ayam emas berdiri dengan kaki kiri, ayam emas berdiri dengan kaki kanan, menepuk kuda, sisi kanan, pisahkan tangan dan tendang dengan jari kaki kanan, menepuk kuda, sisi kiri, pisahkan tangan dan menendang dengan jari kaki kiri, berputar dan menendang dengan telapak kanan, gosok lutut kiri dan dorong, gosok lutut kanan dan dorong, usap lutut kiri dan tinju ke bawah, menangkap ekor burung.

c. Kisi-kisi Kemampuan Jurus Tai Chi (Y)

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Kemampuan Jurus Tai Chi (Y)

N O	ASPEK	DIMENSI	INDIKATOR	NO SOAL/ PERNYA- TAAN
3.	Kemam- puan jurus Tai Chi	BAGIAN I	Persiapan	1
			Pembukaan	2
			berputar ke kanan	3
			Menangkis	4
			menangkap ekor burung	5
			berputar dan tekan	6
			buka tangan dan dorong	7
			lecutan tunggal	8
			bermain gitar	9
			menarik dan melangkah dengan bahu	10
			burung bangau merentangkan sayap	11
			gosok lutut dan dorong	12
			bermain gitar kiri	13
			gosok lutut dan dorong	14
			melangkah ke depan, menangkis dan meninju	15
			lepaskan lengan dan dorong	16
			berputar dan akhiri	17
		BAGIAN II	panggul harimau kembali ke gunung	18
			berputar menyilang ke belakang dan tekan	19
			pisahkan tangan secara menyilang dan dorong	20
			lecutan tunggal diagonal	21
			kepala di bawah sikut	22
			menangkis monyet, kanan	23
			menangkis monyet, kiri	24
			terbang melayang	25
			tangan berawan, membuka	26
			tangan berawan, kiri	27
			tangan berawan, kanan	28
			tangan berawan, kiri menjadi lecutan	29
			lecutan tunggal terpisah	30
			ular merayap turun	31

		ayam emas berdiri dengan kaki kiri	32
		ayam emas berdiri dengan kaki kanan	33
		menepuk kuda, sisi kanan	34
		pisahkan tangan dan tendang dengan jari kaki kanan	35
		menepuk kuda, sisi kiri	36
		pisahkan tangan dan menendang dengan jari kaki kiri	37
		berputar dan menendang dengan telapak kanan	38
		gosok lutut kiri dan dorong	39
		gosok lutut kanan dan dorong	40
		usap lutut kiri dan tinju ke bawah	41
		menangkap ekor burung	42
		JUMLAH	42

Namun demikian penilaian terhadap kemampuan jurus Tai Chi ini diambil dari nilai kejuaraan nasional cabang Tai Chi-wushu di Bandung pada 14-17 Desember 2011.

d. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian kemampuan jurus Tai Chi berupa lembar observasi kejuaraan nasional dari panitia (terlampir).

2. Variabel Percaya Diri (X_1)

a. Definisi Konseptual

Percaya diri adalah individu yakin bahwa dirinya mampu melakukan sesuatu dan mampu berprestasi baik yang dipengaruhi oleh kondisi pribadinya maupun oleh lingkungan sosialnya.

b. Definisi Operasional

Percaya diri adalah individu yakin bahwa dirinya mampu melaku-

kan sesuatu dan mampu berprestasi baik yang dipengaruhi oleh kondisi pribadinya maupun oleh lingkungan sosialnya, yang hal ini diukur dengan angket berskala 5 (*Likert*).

Adapun Indikator penelitiannya adalah hal-hal yang berkenaan dengan kata kerja-kata kerja operasional yang berhubungan dengan rumusan penelitian. Dalam hal ini indikator penelitiannya, sebagai berikut: dimensi *lack of confidence*: ragu, khawatir, gugup, takut, terbebani, gentar melihat lawan, semangat menurun, menyendiri, merasa rendah diri, tidak maksimal dan kompetisi sangat menegangkan. Dimensi *full confidence*: menang/kalah adalah biasa, kehadiran pengurus memberi semangat, sasaran adalah penting, wushu tim lebih menarik, tidak ingin menguji coba teknik pertandingan dan menyadari kelebihan dan kekurangan diri. Dimensi *over confidence*: merasa sebagai atlet terbaik, mengandalkan kemampuan diri, menyukai kompetisi, harus jadi juara, menganggap remeh lawan, kekuatan lawan tidak dihiraukan, sangat santai, nasihat pelatih tidak dihiraukan, kehadiran pengurus adalah hal biasa dan merasa uji coba tidak perlu.

c. Kisi-Kisi Awal Instrumen Percaya Diri (X_1)

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Awal Instrumen Percaya Diri (X_1)

NO	ASPEK	DIMENSI	INDIKATOR	PERNYA TAAAN	NO SOAL
1.	Percaya diri	<i>Lack of confidence</i>	ragu,	V	1
			khawatir,	VV	2, 3
			gugup,	VVV	4, 5, 6
			takut,	VV	7, 8

		terbebani,	V	9
		gentar melihat lawan	V	10
		semangat menurun,	V	11
		Menyendiri	V	12
		merasa rendah diri	V	13
		tidak maksimal	V	14
		kompetisi sangat menegangkan	V	15
	<i>Full confidence</i>	menang dan kalah adalah biasa	V	16
		kehadiran pengurus memberi semangat	V	17
		sasaran adalah penting	V	18
		wushu tim lebih menarik	V	19
		tidak ingin mengujico-ba teknik pertandingan	V	20
		menyadari kelebihan dan kekurangan diri	V	21
	<i>Over confidence</i>	merasa sebagai atlet terbaik	V	22
		mengandalkan kemampuan diri	V	23
		menyukai kompetisi	V	24
		harus jadi juara	V	25
		menganggap remeh lawan	V	26
		kekuatan lawan tidak dihiraukan	V	27
		sangat santai	V	28
		nasihat pelatih tidak dihiraukan	V	29
		kehadiran pengurus adalah hal biasa	V	30
		uji coba tidak perlu	V	31
		JUMLAH	31	31

Kisi-kisi yang dibuat adalah 31 butir, terdiri dari 20 butir pernyataan positif dan 11 butir pernyataan negatif. Adapun jumlah indikator aspek percaya diri ini dituangkan dalam dimensi: 1) *Lack of confidence*: 15 butir; 2) *Full confidence*: 6 butir; 3) *Over confidence*: 10 butir.

d. Instrumen Awal Penelitian

Sesuai dengan kisi-kisi yang telah dibuat tadi, maka instrumen awal pun sebanyak 31 butir. Pengukuran skor variabel percaya diri diperoleh dari instrumen berbentuk angket yang dibuat sendiri di bawah bimbingan Pembimbing 1 dan 2. Pengukuran skor dari variabel ini diperoleh dengan menggunakan teknik non-tes berbentuk angket dengan *skala Likert* dengan lima pilihan jawaban, yaitu: “tidak pernah”, “pernah”, “jarang”, “sering”, dan “sering sekali”.⁶ Yang dimaksud dengan tidak pernah adalah sama sekali tidak melakukan/ mengalami; pernah adalah melakukan/mengalami 1 kali; jarang adalah melakukan/mengalami 2-3 kali; sering adalah melakukan/ mengalami 4-5 kali dan selalu adalah melakukan/mengalami lebih dari 5 kali atau bahkan rutin.

Adapun skor jawaban yang benar, bila pernyataannya positif, maka skornya dari kiri ke kanan angket: 1, 2, 3, 4 dan 5; sedangkan bila pernyataannya negatif, maka skornya dari kiri ke kanan: 5, 4, 3, 2, 1, sehingga skor teoretik berkisar antara 31 sampai dengan 155. Adapun instrumen penelitiannya berupa angket (terlampir).

e. Uji-Coba Instrumen Penelitian

Instrumen ini diujicobakan kepada beberapa anggota Tai Chi-wushu di Senayan Jakarta saat Pekan Olahraga Daerah (PORDA) DKI Jakarta, tanggal 13 Juli 2011.

⁶Lampiran 1B (X₁), h. 1-2.

- 1) Uji validitas instrumen menggunakan analisis faktor melalui *product moment*. Persyaratan: $X^2_{hitung} \geq 0,30$.⁷ Hasilnya $\geq 0,30$. Jadi seluruh instrumen percaya diri adalah valid.

Untuk lebih jelasnya bisa lihat tabel di bawah.

Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas dengan Analisis Faktor - r_{x_1} ⁸

NO	r HITUNG	r KRITIS	KEPUTUSAN	NOMOR YANG DIPAKAI
R101.y	0.66	0,30	Valid	1
R102.y	0.68	0,30	Valid	2
R103.y	0.37	0,30	Valid	3
R104.y	0.49	0,30	Valid	4
R105.y	0.36	0,30	Valid	5
R106.y	0.66	0,30	Valid	6
R107.y	0.63	0,30	Valid	7
R108.y	0.32	0,30	Valid	8
R109.y	0.49	0,30	Valid	9
R110.y	0.67	0,30	Valid	10
R111.y	0.51	0,30	Valid	11
R112.y	0.67	0,30	Valid	12
R113.y	0.67	0,30	Valid	13
R114.y	0.49	0,30	Valid	14
R115.y	0.66	0,30	Valid	15
R116.y	0.68	0,30	Valid	16
R117.y	0.74	0,30	Valid	17
R118.y	0.71	0,30	Valid	18
R119.y	0.37	0,30	Valid	19
R120.y	0.46	0,30	Valid	20
R121.y	0.36	0,30	Valid	21
R122.y	0.41	0,30	Valid	22
R123.y	0.40	0,30	Valid	23
R124.y	0.48	0,30	Valid	24
R125.y	0.37	0,30	Valid	25
R126.y	0.61	0,30	Valid	26

⁷ Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2010), h. 120.

⁸ Selengkapnya lihat Lampiran 2A, *Uji Validitas X_1* , h. 1-7 dan lampiran 2B, *Hasil Uji Validitas X_1* , h. 1

R127.y	0.31	0,30	Valid	27
R128.y	0.35	0,30	Valid	28
R129.y	0.34	0,30	Valid	29
R130.y	0.34	0,30	Valid	30
R131.y	0,34	0,30	Valid	31
Jumlah				31

2) Uji reliabilitas instrumen menggunakan *split-half* Spearman Brown dengan kriteria: $r_{hitung} \geq r_{tabel}$.⁹ Hasilnya $\geq 0,404$. Adapun rumusnya, sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \cdot \left[1 - \frac{\sum \delta b^2}{\delta t} \right]$$

Keterangan:

r_{11} = reliabilitas instrumen
 k = banyaknya butir pertanyaan atau soal
 $\sum \delta b^2$ = jumlah varians butir.
 δt = varians total.

$$\begin{aligned} r_{11} &= \frac{31}{31-1} \times (1 - 34.40/324.19) \\ &= 1.03 \times 0.89 \\ &= 0.92 \end{aligned}$$

Bila dibandingkan dengan ke tabel *r product moment* dengan sampel 24 dan taraf signifikansi 95% adalah **0,404**.

$r_{hitung} \geq r_{tabel}$: **0.92 \geq 0,404**, berarti **reliabel**.¹⁰

⁹ Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2007), h. 359.

¹⁰ Selengkapnya lihat lampiran 3, *Perhitungan Reliabilitas X_1* , h. 1-2; dan *Perhitungan Reliabilitas X_2* , h. 1.

f. Kisi-Kisi dan Instrumen Akhir (X_1)Tabel 3.4 Kisi-Kisi dan Instrumen Akhir Percaya Diri (X_1)

NO	ASPEK	DIMENSI	INDIKATOR	PERNYA TAAN	NO SOAL SEBELUM DIACAK	NO SOAL SETELAH DIACAK
1.	Percaya diri	<i>Lack of confidence</i>	ragu,	V	1	14
			khawatir,	VV	2, 3	12, 3
			gugup,	VVV	4, 5, 6	27, 5, 1
			takut,	VV	7, 8	2, 9
			terbebani,	V	9	23
			gentar melihat lawan	V	10	17
			semangat menurun,	V	11	26
			menyendiri	V	12	13
			merasa rendah diri	V	13	25
			tidak maksimal	V	14	11
			kompetisi sangat menegangkan	V	15	21
			<i>Full confidence</i>	menang dan kalah adalah biasa	V	16
		kehadiran pengurus memberi semangat		V	17	20
		sasaran adalah penting		V	18	10
		wushu tim lebih menarik		V	19	22
		tidak ingin mengujicoba teknik pertandingan		V	20	8
		menyadari kelebihan dan kekurangan diri		V	21	30
		<i>Over confidence</i>	merasa sebagai atlet terbaik	V	22	6
			mengandalkan kemampuan diri	V	23	24
			menyukai kompetisi	V	24	15
			harus jadi juara	V	25	16
			menganggap remeh lawan	V	26	4

		kekuatan lawan tidak dihiraukan	V	27	29
		sangat santai	V	28	7
		nasihat pelatih tidak dihiraukan		29	18
		kehadiran pengurus adalah hal biasa	V	30	31
		merasa uji coba tidak perlu	V	31	19
JUMLAH				31	31

Setelah dilakukan uji instrumen (uji validitas dan reliabilitas), maka kisi-kisi instrumen yang dipakai selanjutnya adalah 31 butir: 1) *Lack of confidence*: 15 butir; 2) *Full confidence*: 6 butir; 3) *Over confidence*: 10 butir, yang di dalamnya berisi pula 11 butir pernyataan positif dan 20 butir pernyataan negatif, sehingga skor teoretik berkisar antara 31 sampai dengan 155.

3. Variabel Kecemasan (X_2)

a. Definisi Konseptual

Kecemasan adalah kondisi emosi yang tidak menyenangkan (kebingungan, kekhawatiran, tegang) dan bersifat subjektif tanpa penyebab yang jelas.

b. Definisi Operasional

Kecemasan adalah kondisi emosi yang tidak menyenangkan (kebingungan, kekhawatiran, tegang) dan bersifat subjektif tanpa penyebab yang jelas, yang hal ini diukur dengan angket yang berskala 5 (*Likert*).

Adapun indikator kecemasan ini adalah dimensi gejala fisiologis: keringat dingin, perut tidak enak, tangan gemetar, gugup/tegang, detak jantung cepat, telapak tangan dingin, nafsu makan berkurang, mulut kering, buang-buang air kecil. Dimensi gejala psikologis: khawatir, merasa cepat lelah/cape, cemas terhadap lawan, cemas terhadap penonton, konsentrasi turun, takut gagal, tidak tenang, mudah tersinggung, merasa lemas, takut melakukan kesalahan gerak. Dimensi lingkungan: tidak nyaman dengan cuaca panas, merasakan sesuatu yang sulit, dilempari benda-benda, cemas terhadap komentar pelatih, lingkungan tidak kondusif dan terganggu bunyi-bunyian penonton.

C. Kisi-Kisi Awal Kecemasan (X_2)

Tabel 3.5 Kisi-Kisi Awal Kecemasan (X_2)

NO	ASPEK	DIMENSI	INDIKATOR	PERNYATAAN	NO SOAL
2.	Kecemasan	Gejala Fisiologis	keringat dingin	√	1
			perut tidak enak	√	2
			tangan gemetar	√	3
			gugup/tegang,	√	4
			detak jantung cepat	√	5
			telapak tangan dingin	√	6
			nafsu makan berkurang	√	7
			mulut kering	√	8
			buang-buang air kecil	√	9
		Gejala psikologis	Khawatir	√√√	10, 11, 12
			merasa cepat capek	√	13
			cemas terhadap lawan	√	14
			cemas terhadap penonton	√	15
			konsentrasi turun	√	16
			takut gagal	√	17
			tidak tenang	√	18
			mudah tersinggung	√	19

			merasa lemas	V	20	
			takut melakukan kesalahan gerak	V	21	
		Lingkung-an	tidak nyaman dengan cuaca panas	V	22	
			merasakan suatu yang sulit	V	23	
			dilempari benda-benda	V	24	
			cemas terhadap komentar pelatih	V	25	
			lingkungan tidak kondusif	V	26, 27, 28, 29	
			terganggu bunyi-bunyian penonton		30	
JUMLAH				30	30	

d. Instrumen Awal Penelitian

Sesuai dengan kisi-kisi yang telah dibuat tadi, maka instrumen awal pun sebanyak 30 butir. Pengukuran skor variabel kecemasan diperoleh dari instrumen berbentuk yang dibuat sendiri di bawah bimbingan Pembimbing 1 dan 2. Pengukuran skor dari variabel ini diperoleh dengan menggunakan teknik non-tes berbentuk angket dengan skala Likert dengan lima pilihan jawaban, yaitu: “tidak pernah”, “pernah”, “jarang”, “sering”, dan “sering sekali”.¹¹ Yang dimaksud dengan tidak pernah adalah sama sekali tidak melakukan/ mengalami; pernah adalah melakukan/mengalami 1 kali; jarang adalah melakukan/ mengalami 2-3 kali; sering adalah melakukan/ mengalami 4-5 kali dan selalu adalah melakukan/mengalami lebih dari 5 kali atau bahkan rutin.

¹¹Lampiran 1B (X₂), h. 1.

Adapun skor jawaban yang benar, bila pernyataannya positif, maka skornya dari kiri ke kanan angket: 1, 2, 3, 4 dan 5, sedangkan bila pernyataannya negatif, maka skornya berwujud: 5, 4, 3, 2, 1; sehingga skor teoretik berkisar antara 30 sampai dengan 150. Adapun instrumen penelitiannya berupa angket.

e. Uji-Coba Instrumen Penelitian

Instrumen ini diujicobakan kepada beberapa anggota Tai Chi-wushu di Senayan Jakarta saat Pekan Olahraga Daerah (PORDA) DKI Jakarta, tanggal 13 Juli 2011.

1) Uji validitas instrumen menggunakan analisis faktor melalui *product moment*. Persyaratan: $X^2_{hitung} \geq 0,30$.¹² Hasilnya $\geq 0,30$. Jadi seluruh instrumen percaya diri adalah valid.

Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas dengan Analisis Faktor - rx_2 ¹³

NO	r HITUNG	r KRITIS	KEPUTUSAN	NOMOR YANG DIPAKAI
R101.y	0.34	0,30	Valid	1
R102.y	0.51	0,30	Valid	2
R103.y	0,31	0,30	Valid	3
R104.y	0.38	0,30	Valid	4
R105.y	0.40	0,30	Valid	5
R106.y	0.58	0,30	Valid	6
R107.y	0.53	0,30	Valid	7
R108.y	0.67	0,30	Valid	8
R109.y	0.66	0,30	Valid	9
R110.y	0.71	0,30	Valid	10
R111.y	0.54	0,30	Valid	11
R112.y	0.59	0,30	Valid	12

¹² Sugiyono, 2010, *Op.cit.*, h. 120.

¹³ Selengkapnya lihat lampiran 2A, *Uji Validitas X₂*, h. 1-6; dan lampiran 2C, *Hasil Uji Validitas X₂*, h. 1.

R113.y	0.60	0,30	Valid	13
R114.y	0.59	0,30	Valid	14
R115.y	0.61	0,30	Valid	15
R116.y	0.71	0,30	Valid	16
R117.y	0.76	0,30	Valid	17
R118.y	0.73	0,30	Valid	18
R119.y	0.86	0,30	Valid	19
R120.y	0.89	0,30	Valid	20
R121.y	0.77	0,30	Valid	21
R122.y	0.79	0,30	Valid	22
R123.y	0.74	0,30	Valid	23
R124.y	0.76	0,30	Valid	24
R125.y	0.78	0,30	Valid	25
R126.y	0.69	0,30	Valid	26
R127.y	0.76	0,30	Valid	27
R128.y	0.69	0,30	Valid	28
R129.y	0.56	0,30	Valid	29
R130.y	0.75	0,30	Valid	30
Jumlah				30

2) Uji reliabilitas instrumen menggunakan *split-half* Spearman Brown dengan kriteria: $r_{hitung} \geq r_{tabel}$.¹⁴ Hasilnya $\geq 0,404$. Adapun rumusnya, sebagai berikut:

$$\begin{aligned}
 V_t &= \frac{\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N}}{N} \\
 &= \frac{290050 - 271362.67}{24} \\
 &= 778.64 \\
 r_{11} &= \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{M(k-M)}{k V_t} \right]
 \end{aligned}$$

¹⁴ Sugiyono, 2007, *Op.cit.*, h. 359.

$$\begin{aligned}
&= \frac{30}{30 - 1} \times 1 - \frac{106.33 \times (24 - 106.33)}{24 \times 778.64} \\
&= 1.03 \times (1 - 0.4685) \\
&= 1.03 \times 0,5315 \\
&= \mathbf{0.55}
\end{aligned}$$

Keterangan:

M = Rata-rata X

k = Jumlah butir soal

Kriterianya adalah $r_{hitung} > r_{tabel}$

r_{11} ini dibandingkan dengan r product moment adalah $r_{24(95)} =$

0.404. Jadi $0.55 > 0.404$. ini berarti bahwa X_2 : **reliabel**.¹⁵

f. Kisi-Kisi dan Instrumen Akhir (X_2)

Tabel 3.7 Kisi-Kisi dan Instrumen Akhir Kecemasan (X_2)

NO	ASPEK	DIMENSI	INDIKATOR	PERNYA TAAN	NO SOAL SEBELUM DIACAK	NO SOAL SETELAH DIACAK
2.	Kecemas an	Gejala Fisiologis	keringat dingin	V	1	2
			perut tidak lenak	V	2	3
			tangan gemetar	V	3	10
			gugup/tegang,	V	4	26
			detak jantung cepat	V	5	24
			telapak tangan dingin	V	6	1
			nafsu makan berkurang	V	7	6
			mulut kering	V	8	18
			buang air kecil	V	9	28
		Gejala psikologis	khawatir	VVV	10, 11, 12	7, 16, 20
			merasa cepat capek	V	13	8
			cemas terhadap lawan	V	14	11
			cemas terhadap penonton	V	15	12

¹⁵ Lampiran 3, *Perhitungan Reliabilitas X_2* , h. 1-2; dan *Perhitungan Reliabilitas X_2* , h. 1.

			konsentrasi turun	V	16	14
			takut gagal	V	17	30
			tidak tenang	V	18	17
			mudah tersinggung	V	19	21
			merasa lemas	V	20	23
			takut melakukan kesalahan gerak	V	21	22
		Lingkungan	tidak nyaman dengan cuaca panas	V	22	15
			merasakan suatu yang sulit	V	23	27
			dilempari benda-benda	V	24	25
			cemas terhadap komentar pelatih	V	25	19
			lingkungan tidak kondusif	V	26, 27, 28, 29	13, 4, 9, 5
			terganggu bunyi-bunyian penonton		30	29
JUMLAH					30	30

Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas, maka indikator kisi-kisi instrumen yang dipakai selanjutnya adalah 30 butir: 1) gejala fisiologis: 9 butir; 2) gejala psikologis: 12 butir; 3) lingkungan: 9 butir. Seluruh butir negatif, sehingga skor teoretik berkisar antara 30 sampai dengan 150.

F. Teknik Analisis Data

Teknik pengolahan data dalam penelitian ini digunakan korelasi berganda. Analisis korelasi berganda berfungsi untuk mencari besarnya pengaruh atau hubungan antara dua variabel bebas (X) atau lebih secara simultan (bersama-sama) dengan variabel terikat (Y). Dalam hal ini korelasi secara bersama-sama antara X_1 , X_2 dengan Y, dengan langkah-langkah:

Langkah 1: membuat H_0 dan H_a dalam bentuk kalimat.

Langkah 2: membuat H_0 dan H_a dalam bentuk statistik.

Langkah 3: membuat tabel penolong untuk menghitung korelasi ganda.

Langkah 4: mencari r_{hitung} dengan cara memasukkan angka statistik dari tabel penolong dengan rumus:

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

Hasil korelasi ini kemudian dimasukkan ke rumus korelasi ganda (R) dengan rumus:

$$R_{x1.x2.y} = \frac{\sqrt{r_{x1.y}^2 + r_{x2.y}^2 - 2(r_{x1.y})(r_{x2.y})}}{\sqrt{1 - r_{x1.x2}^2}}$$

Langkah 5: menguji signifikansi korelasi ganda dengan F_{hitung}

$$F_{hitung} = \frac{\frac{R^2}{k}}{\frac{(1 - R^2)}{n - k - 1}}$$

Keterangan:

- R : nilai koefisien korelasi ganda
- k : jumlah variabel bebas (*independent*)
- n : jumlah sampel
- F_{hitung} : nilai F yang dihitung.

Kaidah pengujian signifikansi: jika $F_{hitung} \geq F_{tabel}$, maka H_0 ditolak, artinya signifikan. $F_{hitung} < F_{tabel}$, maka H_0 diterima,

artinya tidak signifikan. Mencari nilai F_{tabel} menggunakan tabel F dengan tarap signifikansi: $\alpha = 0,05$.¹⁶

$$F_{\text{tabel}} = F_{(1-\alpha)(dk=k), (dk=n-k-1)}$$

Langkah 6: membuat kesimpulan.

G. Hipotesis Statistik

Hipotesis ini memiliki kriterianya, sebagai berikut:

1. Hipotesis 1, $H_o : r_{x1y} \leq 0$

$$H_a : r_{x1y} > 0$$

2. Hipotesis 2, $H_o : r_{x2y} \geq 0$

$$H_a : r_{x2y} < 0$$

3. Hipotesis 3, $H_o : r_{x1x2y} \leq 0$

$$H_a : r_{x1x2y} > 0$$

¹⁶Riduan, *Metode dan Teknik Menyusun Tesis* (Bandung: Alfabeta, 2010), h. 139-146.