

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, menggunakan metode survei dengan desain penelitian *A retrospective causal-comparative design* (Gay dan Airasian, 2012: 227), atau disebut juga dengan *ex post facto* yaitu penelitian yang berusaha untuk menentukan penyebab atau alasan untuk adanya perbedaan dalam perilaku atau status kelompok dalam individu. Dalam penelitian ini yang dimaskud adalah adanya perbedaan keterampilan psikologis pemain Sepakbola Indonesia ditinjau dari gender dan posisi.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Jakarta dan beberapa kota yang menjadi domisili para pemain Sepakbola Indonesia tersebut yang dilaksanakan pada kurun waktu di bulan September-Desember 2018. Penelitian ini mengumpulkan data dengan cara membagikan kuesioner kepada sampel yaitu pemain Sepakbola Indonesia putra dan putri yang berpartisipasi pada gelaran *Asian Games XVIII* tahun 2018. Untuk pemain Sepakbola putra Indonesia pengambilan dan pengumpulan data dilaksanakan pada 10 September 2018, pukul 13.00 di Hotel Horison, Bekasi, Jawa Barat. Sedangkan untuk pemain Sepakbola Indonesia putri pengambilan dan pengumpulan data dilakukan secara bertahap, yaitu dilaksanakan pada kurun waktu bulan September-Desember 2018 yang dilakukan menggunakan surat elektronik atau *email* pada setiap pemain tersebut.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dan sampel merupakan dua komponen yang penting dalam sebuah penelitian. Tanpa adanya sampel dalam suatu populasi yang menunjang dalam sebuah penelitian, maka penelitian tersebut tidak akan berhasil. Terkait mengenai hasil penelitian ini mendapatkan data yang diperoleh dari populasi yang ditentukan oleh peneliti sesuai dengan masalah yang ingin diketahui hasilnya.

Subjek dalam penelitian ini adalah pemain Sepakbola Indonesia yang mengikuti gelaran *Asian Games* XVIII tahun 2018 di Indonesia. Pemain Sepakbola tersebut termasuk yang putra dan putri. Semua subjek diikutsertakan dalam penelitian dengan jumlah 25 pemain Sepakbola Indonesia yang bermain di *Asian Games* ke-18 tahun 2018 di Jakarta dan Palembang yang terdiri dari 14 pemain Sepakbola putra dan 11 pemain Sepakbola putri, dengan rerata usia pemain Sepakbola putra 22,3 tahun dan rerata usia pemain Sepakbola putri 21,9 tahun.

D. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah ada tiga variabel yaitu (1) keterampilan psikologis, (2) gender, dan (3) posisi. Dalam variabel keterampilan psikologis pemain Sepakbola Indonesia yang berpartisipasi dalam gelaran *Asian Games* XVIII 2018 terdiri dari enam aspek keterampilan psikologis yaitu: motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, mementingkan tim, dan konsentrasi

Selanjutnya penelitian ini merupakan paradigma penelitian sederhana diartikan sebagai pola pikir yang menunjukkan hubungan antara variabel yang diteliti dan sekaligus mencerminkan jenis dan jumlah rumusan masalah yang perlu dijawab melalui penelitian, teori yang digunakan untuk merumuskan hipotesis,

jenis dan jumlah hipotesis, serta teknik analisis statistik yang digunakan (Sugiyono, 2015: 66). Dalam penelitian ini ada dua, yakni pertama gender, gender dalam penelitian ini adalah pemain Sepakbola Indonesia putra yang terdiri dari 14 pemain dan pemain Sepakbola Indonesia putri yang terdiri dari 11 pemain, masing-masing pemain Sepakbola putra dan pemain Sepakbola putri terdiri dari enam aspek keterampilan psikologis yaitu: motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, mementingkan tim, dan konsentrasi. Di ukur dengan menggunakan kuesioner data demografi dan kuesioner *The Psychological Skills Inventory for Sports* (PSIS). Kedua, yaitu posisi dalam cabang olahraga Sepakbola. Posisi dalam penelitian yang dimaksud adalah penjaga gawang, pemain belakang, pemain tengah, dan pemain depan. Masing-masing posisi dalam Sepakbola yakni penjaga gawang, pemain belakang, pemain tengah dan pemain depan terdiri dari enam aspek keterampilan psikologis yaitu: motivasi, kepercayaan diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, mementingkan tim, dan konsentrasi. Variabel ini diukur dengan menggunakan kuesioner data demografi dan kuesioner *The Psychological Skills Inventory for Sports* (PSIS).

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Data merupakan salah satu faktor penting dalam sebuah penelitian. Dalam menganalisis dan menarik sebuah kesimpulan mutlak harus diperlukan sebuah data, kemudian untuk menarik sebuah kesimpulan yang akurat, maka diperlukan suatu teknik dan instrumen yang tepat. Teknik dan instrumen pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan sebuah kuesioner yang terdiri dari dua bagian, yaitu:

1. Kuesioner

Kuesioner ini dengan bentuk sebuah data demografi. Data ini digunakan untuk mengungkap identitas diri pemain, cabang olahraga yang ditekuni, posisi pemain, dan prestasi yang pernah diraih oleh pemain tersebut.

2. Angket

Angket ini merupakan instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang diadopsi dari Mahoney, Gabriel, & Perkins (1987) dan telah dikembangkan olehnya yang disebut dengan "*The Psychological Skills Inventory for Sport* atau PSIS". Instrumen ini digunakan untuk mengetahui keterampilan psikologis pemain Sepakbola Indonesia. Kuesioner tersebut mengungkap enam aspek keterampilan psikologis dengan 44 item pertanyaan dengan rincian sebagai berikut.

- (1) Motivasi dengan 8 item pertanyaan
- (2) Kepercayaan diri dengan 8 item pertanyaan
- (3) Kontrol kecemasan dengan 8 item pertanyaan
- (4) Persiapan mental dengan 6 item pertanyaan
- (5) Mementingkan tim dengan 7 item pertanyaan, dan
- (6) Konsentrasi dengan 7 item pertanyaan.

Setiap alternatif jawaban dalam kuesioner tersebut memiliki pilihan penilaian yang dimulai dari sangat positif sampai dengan sangat negatif. Item pertanyaan yang terdapat dalam kuesioner tersebut masing-masing memiliki lima alternatif pilihan jawaban, yaitu selalu, sering, kadang-kadang, sangat

jarang, dan tidak pernah. Berdasarkan keterangan tersebut, penulis mengklasifikasikan kategori pembagian skor dengan rincian sebagai berikut.

- a. Setiap pernyataan positif, yaitu selalu = skor 5, sering = skor 4, kadang-kadang = skor 3, sangat jarang = skor 2, dan tidak pernah skor = skor 1.
- b. Setiap pernyataan negatif, yaitu selalu = skor 1, sering = skor 2, kadang-kadang = skor 3, sangat jarang = skor 4, dan tidak pernah = skor 5.

F. Validitas dan Reabilitas Instrumen

1. Validitas Instrumen

Ada beberapa tahapan yang harus dilakukan untuk menguji validitas instrumen, tahapan-tahapan tersebut yaitu:

- a. Mencari validitas isi instrumen

Pada tahap validasi ini dilakukan dengan menggunakan pendapat para ahli atau *expert judgment* (Azwar, 2017: 112) dengan beberapa validator yang ahli dalam bidangnya. Tahapan menyusun instrumen dilakukan sebagai berikut.

- 1) Instrumen yang diadopsi dari Mahoney, Gabriel, & Perkins (1987) yaitu “*The Psychological Skills Inventory for Sport* atau PSIS” terlebih dahulu diterjemahkan ke dalam bentuk Bahasa Indonesia.
- 2) Instrumen di validasi isi oleh validator pertama, Dosen FBS dan juga staf pengajar di PPs UNY yaitu Drs. Suhaini M. Saleh, M.A., sebagai ahli Bahasa Inggris, karena instrumen ini diadopsi dari Bahasa Inggris.

- 3) Instrumen di validasi oleh validator kedua, Dosen FBs dan juga staf pengajar di PPs UNY, yaitu Dr. Nurhadi, M.Hum. sebagai ahli Bahasa Indonesia untuk ketebacaan isi instrumen.
- 4) Instrumen di validasi oleh validator ke tiga, Dosen FIK UNY yaitu Dr. Komaruddin, M.A., sebagai ahli Psikologi Olahraga untuk kesesuaian isi dari sisi Psikologi Olahraga.

b. Uji coba instrumen

Setelah melakukan validasi isi instrumen, tahapan selanjutnya adalah uji coba instrumen. Hal ini dilakukan untuk seleksi item-item yang memenuhi kriteria baik yaitu antara 0,21-0,35, dengan nilai signifikan $< 0,05$ ($P < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut valid dan layak untuk digunakan. Caranya dengan mengorelasikan skor setiap item dengan skor total item (Azwar, 2017: 153). Sebelum melakukan analisis item tersebut, instrumen penelitian ini harus di uji cobakan terlebih dahulu kepada orang-orang yang memiliki kemiripan yang sepadan dengan sampel penelitian sebenarnya. Uji coba instrumen ini dilakukan pada atlet Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) yang pernah mendapatkan medali emas di Pekan Olahraga Nasional (PON) berjumlah 76 atlet dari berbagai cabang olahraga. Alasan memilih atlet DIY sebagai sampel uji coba adalah atlet tersebut memiliki keterampilan psikologis yang hampir mirip dengan pemain Sepakbola Indonesia.

2. Reliabilitas Instrumen

Penulis menggunakan aplikasi SPSS versi 22 dalam mencari reliabilitas instrumen dengan norma lebih besar dari 0,60. Artinya bahwa Jika nilai

cronbach's alpha lebih besar dari 0,60 maka instrumen tersebut semakin konsisten dan dikatakan reliabel (Sukardi, 2013: 134). Dari hasil analisis statistik data hasil uji coba instrumen pada atlet Daerah Istimewa Yogyakarta didapatkan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,890 yang menggambarkan nilai reliabilitas instrumen, karena nilai reliabilitas $0,890 > 0,60$ maka dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut reliabel. Setelah diketahui validitas serta reliabilitas instrumen maka beberapa item pernyataan yang tidak valid dan reliabel dihilangkan sehingga dari jumlah item 44 menjadi 38 item.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan aplikasi *Software Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) versi 22 tahapan-tahapan yang digunakan penulis untuk menganalisis data sebagai berikut.

1. Mengelompokkan data berdasarkan variabel.
2. Menyajikan data dari variabel yang diteliti.
3. Membuat kriteria kategori keterampilan psikologis pemain.
4. Melakukan analisis data untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.
5. Melakukan analisis data untuk menjawab rumusan masalah.

Statistik inferensial non-parametrik dengan menggunakan tes *Wald-Wolfowitz* dan tes *Kruskal-Wallis* untuk menganalisis:

6. Perbedaan keterampilan psikologis pemain Sepakbola Indonesia ditinjau dari gender dan perbedaan dimensi masing-masing aspek keterampilan psikologis ditinjau dari gender.

7. Perbedaan keterampilan psikologis pemain Sepakbola Indonesia ditinjau dari posisi dan perbedaan dimensi masing-masing aspek keterampilan psikologis ditinjau dari posisi.

H. Rumus Penentuan Kriteria

Penulis membuat kriteria berdasarkan rata-rata dan standar deviasi ideal untuk mengetahui keterampilan psikologis yang dimiliki pemain Sepakbola Indonesia, maka data dikategorisasikan dengan rumus sebagai berikut.

$$Mi = \frac{(ST + SR)}{2} \quad SDi = \frac{(ST - SR)}{6}$$

Tabel 1. Rumusan Penentuan Kriteria
(Sumber: Wagiran, 2015: 337)

No	Interval	Kategori
1	Di atas ($Mi + 1,8SD$) s.d. ($Mi + 3SD$)	Sangat Tinggi
2	Di atas ($Mi + 0,6SD$) s.d. ($Mi + 1,8SD$)	Tinggi
3	Di atas ($Mi - 0,6SD$) s.d. ($Mi + 0,6SD$)	Sedang
4	Di atas ($Mi - 1,8SD$) s.d. ($Mi - 0,6SD$)	Rendah
5	Di atas ($Mi - 3SD$) s.d. ($Mi + 1,8SD$)	Sangat Rendah

Keterangan:

Mi : Mean Ideal

SDi : Standar Deviasi Ideal

ST : Skor Tertinggi

SR : Skor Terendah

Berdasarkan pada rumus kriteria tersebut maka dapat disusun kategori keterampilan psikologis pemain Sepakbola Indonesia mengacu pada instrumen *The Psychological Skills Inventory for Sport*. Tahapan-tahapan penyusunan kriteria Keterampilan Psikologis tersebut dijelaskan sebagai berikut.

1. Kriteria keterampilan psikologis

Tahapan-tahapan dalam menyusun kriteria keterampilan psikologis instrumen sebagai berikut.

1) Perhitungan Mi dan SDi

Jumlah item instrumen = 38 item, dengan jumlah alternatif jawaban = 5 item, maka ST = $5 \times 38 = 190$ dan SR = $1 \times 38 = 38$

$$Mi = \frac{(ST + SR)}{2}$$

$$SDi = \frac{(ST - SR)}{6}$$

$$Mi = \frac{(190 + 38)}{2}$$

$$SDi = \frac{(190 - 38)}{6}$$

$$Mi = \frac{(228)}{2}$$

$$SDi = \frac{(152)}{6}$$

$$Mi = 114$$

$$SDi = 25,33$$

- a) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat tinggi” adalah $(Mi + 1,8SD)$ s.d. $(Mi + 3SD)$, maka $(114 + 1,8 (25,33) = 159,59)$ s.d. $(114 + 3 (25,33) = 190)$. Jadi, kategori “sangat tinggi” jika nilai rata-ratanya di atas 159,59 s.d. 190.
- b) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “tinggi” adalah $(Mi + 0,6SD)$ s.d. $(Mi + 1,8SD)$, maka $(114 + 0,6 (25,33) = 129,20)$ s.d. $(114 + 1,8 (25,33) = 159,59)$. Jadi, kategori “tinggi” jika nilai rata-ratanya di atas 129,20 s.d. 159,59.
- c) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sedang” adalah $(Mi - 0,6SD)$ s.d. $(Mi + 0,6SD)$, maka $(114 - 0,6 (25,33) = 98,80)$ s.d. $(114 + 0,6 (25,33) = 129,20)$. Jadi, kategori “sedang” jika nilai rata-ratanya di atas 98,80 s.d. 129,20.

- d) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “rendah” adalah $(Mi - 1,8SD)$ s.d. $(Mi - 0,6SD)$, maka $(114 - 1,8 (25,33) = 68,41)$ s.d. $(114 - 0,6 (25,33) = 98,80)$. Jadi, kategori “rendah” jika nilai rata-ratanya di atas 68,41 s.d. 98,80.
- e) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat rendah” adalah $(Mi - 3SD)$ s.d. $(Mi + 1,8SD)$, maka $(114 - 3 (25,33) = 38)$ s.d. $(114 + 1,8 (25,33) = 68,41)$. Jadi, kategori “sangat rendah” jika nilai rata-ratanya 38 s.d. 68,41.

Berdasarkan hasil hitungan penyusunan kriteria di atas, kriteria keterampilan psikologis instrumen secara keseluruhan sebagai berikut.

Tabel 2. Kriteria Keterampilan Psikologis Instrumen

No	Rentang Skor Keterampilan Psikologis	kategori
1	di atas 159,59 s.d. 190	Sangat Tinggi
2	di atas 129,20 s.d. 159,59	Tinggi
3	di atas 98,80 s.d. 129,20	Sedang
4	di atas 68,41 s.d. 98,80	Rendah
5	38 s.d. 68,41	Sangat Rendah

2. Kriteria keterampilan psikologis setiap Aspek

- a. Kriteria keterampilan psikologis aspek motivasi

Tahapan-tahapan dalam menyusun kriteria keterampilan psikologis untuk aspek motivasi yaitu sebagai berikut.

- 1) Perhitungan Mi dan SDi

Jumlah item instrumen = 8 item, dengan jumlah alternatif jawaban = 5, maka ST = $5 \times 8 = 40$ dan SR = $1 \times 8 = 8$.

$$Mi = \frac{(ST + SR)}{2} \quad SDi = \frac{(ST - SR)}{6}$$

$$Mi = \frac{(40 + 8)}{2} \quad SDi = \frac{(40 - 8)}{6}$$

$$Mi = \frac{(48)}{2} \quad SDi = \frac{(32)}{6}$$

$$Mi = 24 \quad SDi = 5,33$$

- a) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat tinggi” adalah $(Mi + 1,8SD)$ s.d. $(Mi + 3SD)$, maka $(24 + 1,8(5,33) = 33,59)$ s.d. $(24 + 3(5,33) = 40)$. Jadi, kategori “sangat tinggi” untuk aspek motivasi jika nilai rata-ratanya di atas 33,59 s.d. 40.
- b) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “tinggi” adalah $(Mi + 0,6SD)$ s.d. $(Mi + 1,8SD)$, maka $(24 + 0,6(5,33) = 27,20)$ s.d. $(24 + 1,8(5,33) = 33,59)$. Jadi, kategori “tinggi” untuk aspek motivasi jika nilai rata-ratanya di atas 27,20 s.d. 33,59.
- c) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sedang” adalah $(Mi - 0,6SD)$ s.d. $(Mi + 0,6SD)$, maka $(24 - 0,6(5,33) = 20,80)$ s.d. $(24 + 0,6(5,33) = 27,20)$. Jadi, kategori “sedang” untuk aspek motivasi jika nilai rata-ratanya di atas 20,80 s.d. 27,20.
- d) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “rendah” adalah $(Mi - 1,8SD)$ s.d. $(Mi - 0,6SD)$, maka $(24 - 1,8(5,33) = 14,40)$ s.d. $(24 - 0,6(5,33) = 20,80)$. Jadi, kategori “rendah”

untuk aspek motivasi jika nilai rata-ratanya di atas 14,40 s.d. 20,80.

- e) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat rendah” adalah $(Mi - 3SD)$ s.d. $(Mi + 1,8SD)$, maka $(24 - 3(5,33) = 8)$ s.d. $(24 + 1,8(5,33) = 14,40)$. Jadi, kategori “sangat rendah” untuk aspek motivasi jika nilai rata-ratanya 8 s.d. 14,40.

Berdasarkan hasil hitungan penyusunan kriteria di atas, kriteria keterampilan psikologis untuk aspek motivasi secara keseluruhan sebagai berikut.

Tabel 3. Kriteria Keterampilan Psikologis Aspek Motivasi

No	Rentang Skor Aspek Motivasi	Kategori
1	di atas 33,59 s.d. 40	Sangat Tinggi
2	di atas 27,20 s.d. 33,59	Tinggi
3	di atas 20,80 s.d. 27,20	Sedang
4	di atas 14,40 s.d. 20,80	Rendah
5	88 s.d. 14,40	Sangat Rendah

b. Kriteria keterampilan psikologis aspek kepercayaan diri

Tahapan-tahapan dalam menyusun kriteria keterampilan psikologis untuk aspek kepercayaan diri yaitu sebagai berikut.

1) Perhitungan Mi dan SDi

Jumlah item instrumen = 7 item, dengan jumlah alternatif jawaban = 5, maka $ST = 5 \times 7 = 35$ dan $SR = 1 \times 7 = 7$.

$$Mi = \frac{(ST + SR)}{2} \quad SDi = \frac{(ST - SR)}{6}$$

$$Mi = \frac{(35 + 7)}{2} \quad SDi = \frac{(35 - 7)}{6}$$

$$Mi = \frac{(42)}{2} \quad SDi = \frac{(28)}{6}$$

$$Mi = 21 \quad SDi = 4,67$$

- a) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat tinggi” adalah $(Mi + 1,8SD)$ s.d. $(Mi + 3SD)$, maka $(21 + 1,8(4,67) = 29,41)$ s.d. $(21 + 3(4,67) = 35)$. Jadi, kategori “sangat tinggi” untuk aspek kepercayaan diri jika nilai rata-ratanya di atas 29,41 s.d. 35.
- b) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “tinggi” adalah $(Mi + 0,6SD)$ s.d. $(Mi + 1,8SD)$, maka $(21 + 0,6(4,67) = 23,80)$ s.d. $(21 + 1,8(4,67) = 29,41)$. Jadi, kategori “tinggi” untuk aspek kepercayaan diri jika nilai rata-ratanya di atas 23,80 s.d. 29,41.
- c) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sedang” adalah $(Mi - 0,6SD)$ s.d. $(Mi + 0,6SD)$, maka $(21 - 0,6(4,67) = 18,20)$ s.d. $(21 + 0,6(4,67) = 23,80)$. Jadi, kategori “sedang” untuk aspek kepercayaan diri jika nilai rata-ratanya di atas 18,20 s.d. 23,80.
- d) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “rendah” adalah $(Mi - 1,8SD)$ s.d. $(Mi - 0,6SD)$, maka $(21 - 1,8(4,67) = 12,59)$ s.d. $(21 - 0,6(4,67) = 18,20)$. Jadi, kategori “rendah” untuk aspek kepercayaan diri jika nilai rata-ratanya di atas 12,59 s.d. 18,20.

e) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat rendah” adalah ($M_i - 3SD$) s.d. ($M_i + 1,8SD$), maka ($21 - 3(4,67) = 7$) s.d. ($21 + 1,8(4,67) = 12,59$). Jadi, kategori “sangat rendah” untuk aspek kepercayaan diri jika nilai rata-ratanya 7 s.d. 12,59.

Berdasarkan hasil hitungan penyusunan kriteria di atas, kriteria keterampilan psikologis untuk aspek kepercayaan diri secara keseluruhan sebagai berikut.

Tabel 4. Kriteria Keterampilan Psikologis Aspek Kepercayaan Diri

No	Rentang Skor Aspek Kepercayaan Diri	Kategori
1	di atas 29,41 s.d. 35	Sangat Tinggi
2	di atas 23,80 s.d. 29,41	Tinggi
3	di atas 18,20 s.d. 23,80	Sedang
4	di atas 12,59 s.d. 18,20	Rendah
5	7 s.d. 12,59	Sangat Rendah

c. Kriteria keterampilan psikologis aspek kontrol kecemasan

Tahapan-tahapan dalam menyusun kriteria keterampilan psikologis untuk aspek kontrol kecemasan yaitu sebagai berikut.

1) Perhitungan M_i dan SD_i

Jumlah item instrumen = 7 item, dengan jumlah alternatif jawaban = 5, maka $ST = 5 \times 7 = 35$ dan $SR = 1 \times 7 = 7$.

$$M_i = \frac{(ST + SR)}{2} \quad SD_i = \frac{(ST - SR)}{6}$$

$$M_i = \frac{(35 + 7)}{2} \quad SD_i = \frac{(35 - 7)}{6}$$

$$M_i = \frac{(42)}{2} \quad SD_i = \frac{(28)}{6}$$

$$Mi = 21$$

$$SDi = 4,67$$

- a) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat tinggi” adalah $(Mi + 1,8SD)$ s.d. $(Mi + 3SD)$, maka $(21 + 1,8 (4,67) = 29,41)$ s.d. $(21 + 3 (4,67) = 35)$. Jadi, kategori “sangat tinggi” untuk aspek kontrol kecemasan jika nilai rata-ratanya di atas 29,41 s.d. 35.
- b) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “tinggi” adalah $(Mi + 0,6SD)$ s.d. $(Mi + 1,8SD)$, maka $(21 + 0,6 (4,67) = 23,80)$ s.d. $(21 + 1,8 (4,67) = 29,41)$. Jadi, kategori “tinggi” untuk aspek kontrol kecemasan jika nilai rata-ratanya di atas 23,80 s.d. 29,41.
- c) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sedang” adalah $(Mi - 0,6SD)$ s.d. $(Mi + 0,6SD)$, maka $(21 - 0,6 (4,67) = 18,20)$ s.d. $(21 + 0,6 (4,67) = 23,80)$. Jadi, kategori “sedang” untuk aspek kontrol kecemasan jika nilai rata-ratanya di atas 18,20 s.d. 23,80.
- d) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “rendah” adalah $(Mi - 1,8SD)$ s.d. $(Mi - 0,6SD)$, maka $(21 - 1,8 (4,67) = 12,59)$ s.d. $(21 - 0,6 (4,67) = 18,20)$. Jadi, kategori “rendah” untuk aspek kontrol kecemasan jika nilai rata-ratanya di atas 12,59 s.d. 18,20.
- e) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat rendah” adalah $(Mi - 3SD)$ s.d. $(Mi + 1,8SD)$, maka $(21 - 3$

$(4,67) = 7$ s.d. $(21 + 1,8 (4,67) = 12,59)$. Jadi, kategori “sangat rendah” untuk aspek kontrol kecemasan jika nilai rata-ratanya 7 s.d. 12,59.

Berdasarkan hasil hitungan penyusunan kriteria di atas, kriteria keterampilan psikologis untuk kontrol kecemasan secara keseluruhan sebagai berikut.

Tabel 5. Kriteria Keterampilan Psikologis Aspek Kontrol Kecemasan

No	Rentang Skor Aspek Kontrol Kecemasan	Kategori
1	di atas 29,41 s.d. 35	Sangat Tinggi
2	di atas 23,80 s.d. 29,41	Tinggi
3	di atas 18,20 s.d. 23,80	Sedang
4	di atas 12,59 s.d. 18,20	Rendah
5	7 s.d. 12,59	Sangat Rendah

d. Kriteria keterampilan psikologis aspek persiapan mental

Tahapan-tahapan dalam menyusun kriteria keterampilan psikologis untuk aspek persiapan mental yaitu sebagai berikut.

1) Perhitungan Mi dan SDi

Jumlah item instrumen = 6 item, dengan jumlah alternatif jawaban = 5, maka ST = $5 \times 6 = 35$ dan SR = $1 \times 6 = 6$.

$$Mi = \frac{(ST + SR)}{2} \quad SDi = \frac{(ST - SR)}{6}$$

$$Mi = \frac{(30 + 6)}{2} \quad SDi = \frac{(30 - 6)}{6}$$

$$Mi = \frac{(36)}{2} \quad SDi = \frac{(24)}{6}$$

$$Mi = 18 \quad SDi = 4$$

- a) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat tinggi” adalah $(Mi + 1,8SD)$ s.d. $(Mi + 3SD)$, maka $(18 + 1,8 \cdot 4) = 25,2$ s.d. $(18 + 3 \cdot 4) = 30$. Jadi, kategori “sangat tinggi” untuk aspek persiapan mental jika nilai rata-ratanya di atas 25,2 s.d. 30.
- b) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “tinggi” adalah $(Mi + 0,6SD)$ s.d. $(Mi + 1,8SD)$, maka $(18 + 0,6 \cdot 4) = 20,4$ s.d. $(18 + 1,8 \cdot 4) = 25,2$. Jadi, kategori “tinggi” untuk aspek persiapan mental jika nilai rata-ratanya di atas 20,4 s.d. 25,2.
- c) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sedang” adalah $(Mi - 0,6SD)$ s.d. $(Mi + 0,6SD)$, maka $(18 - 0,6 \cdot 4) = 15,6$ s.d. $(21 + 0,6 \cdot 4) = 20,4$. Jadi, kategori “sedang” untuk aspek persiapan mental jika nilai rata-ratanya di atas 15,6 s.d. 20,4.
- d) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “rendah” adalah $(Mi - 1,8SD)$ s.d. $(Mi - 0,6SD)$, maka $(18 - 1,8 \cdot 4) = 10,8$ s.d. $(21 - 0,6 \cdot 4) = 15,6$. Jadi, kategori “rendah” untuk aspek persiapan mental jika nilai rata-ratanya di atas 10,8 s.d. 15,6.
- e) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat rendah” adalah $(Mi - 3SD)$ s.d. $(Mi + 1,8SD)$, maka $(18 - 3 \cdot 4) = 6$ s.d. $(18 + 1,8 \cdot 4) = 10,8$. Jadi, kategori “sangat rendah” untuk aspek persiapan mental jika nilai rata-ratanya 6 s.d. 10,8.

Berdasarkan hasil hitungan penyusunan kriteria di atas, kriteria keterampilan psikologis untuk persiapan mental secara keseluruhan sebagai berikut.

Tabel 6. Kriteria Keterampilan Psikologis Aspek Persiapan Mental

No	Rentang Skor Aspek Persiapan Mental	Kategori
1	di atas 25,2 s.d. 30	Sangat Tinggi
2	di atas 20,4 s.d. 25,2	Tinggi
3	di atas 15,6 s.d. 20,4	Sedang
4	di atas 10,8 s.d. 15,6	Rendah
5	6 s.d. 10,8	Sangat Rendah

e. Kriteria keterampilan psikologis aspek mementingkan tim

Tahapan-tahapan dalam menyusun kriteria keterampilan psikologis untuk aspek mementingkan tim yaitu sebagai berikut.

1) Perhitungan Mi dan SDi

Jumlah item instrumen = 4 item, dengan jumlah alternatif jawaban = 5, maka ST = $5 \times 4 = 20$ dan SR = $1 \times 4 = 4$.

$$Mi = \frac{(ST + SR)}{2} \quad SDi = \frac{(ST - SR)}{6}$$

$$Mi = \frac{(20 + 4)}{2} \quad SDi = \frac{(20 - 4)}{6}$$

$$Mi = \frac{(24)}{2} \quad SDi = \frac{(16)}{6}$$

$$Mi = 12 \quad SDi = 2,67$$

- a) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat tinggi” adalah $(Mi + 1,8SD)$ s.d. $(Mi + 3SD)$, maka $(12 + 1,8(2,67) = 16,81)$ s.d. $(12 + 3(2,67) = 20)$. Jadi, kategori “sangat

tinggi” untuk aspek mementingkan tim jika nilai rata-ratanya di atas 16,81 s.d. 20.

- b) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “tinggi” adalah ($M_i + 0,6SD$) s.d. ($M_i + 1,8SD$), maka $(12 + 0,6(2,67) = 13,60)$ s.d. $(12 + 1,8(2,67) = 16,81)$. Jadi, kategori “tinggi” untuk aspek mementingkan tim jika nilai rata-ratanya di atas 13,60 s.d. 16,81.
- c) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sedang” adalah ($M_i - 0,6SD$) s.d. ($M_i + 0,6SD$), maka $(12 - 0,6(2,67) = 10,40)$ s.d. $(12 + 0,6(2,67) = 13,60)$. Jadi, kategori “sedang” untuk aspek mementingkan tim jika nilai rata-ratanya di atas 10,40 s.d. 13,60.
- d) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “rendah” adalah ($M_i - 1,8SD$) s.d. ($M_i - 0,6SD$), maka $(12 - 1,8(2,67) = 7,19)$ s.d. $(12 - 0,6(2,67) = 10,40)$. Jadi, kategori “rendah” untuk aspek mementingkan tim jika nilai rata-ratanya di atas 7,19 s.d. 10,40.
- e) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat rendah” adalah ($M_i - 3SD$) s.d. ($M_i + 1,8SD$), maka $(12 - 3(2,67) = 4)$ s.d. $(12 + 1,8(2,67) = 7,19)$. Jadi, kategori “sangat rendah” untuk aspek mementingkan tim jika nilai rata-ratanya 4 s.d. 7,19.

Berdasarkan hasil hitungan penyusunan kriteria di atas, kriteria keterampilan psikologis untuk mementingkan tim secara keseluruhan sebagai berikut.

Tabel 7. Kriteria Keterampilan Psikologis Aspek Mementingkan tim

No	Rentang Skor Aspek Mementingkan tim	Kategori
1	di atas 16,81 s.d. 20	Sangat Tinggi
2	di atas 13,60 s.d. 16,81	Tinggi
3	di atas 10,40 s.d. 13,60	Sedang
4	di atas 7,19 s.d. 10,40	Rendah
5	4 s.d. 7,19	Sangat Rendah

f. Kriteria keterampilan psikologis aspek konsentrasi

Tahapan-tahapan dalam menyusun kriteria keterampilan psikologis untuk aspek konsentrasi yaitu sebagai berikut.

1) Perhitungan Mi dan SDi

Jumlah item instrumen = 6 item, dengan jumlah alternatif jawaban = 5, maka ST = $5 \times 6 = 35$ dan SR = $1 \times 6 = 6$.

$$Mi = \frac{(ST + SR)}{2} \quad SDi = \frac{(ST - SR)}{6}$$

$$Mi = \frac{(30 + 6)}{2} \quad SDi = \frac{(30 - 6)}{6}$$

$$Mi = \frac{(36)}{2} \quad SDi = \frac{(24)}{6}$$

$$Mi = 18 \quad SDi = 4$$

- a) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat tinggi” adalah $(Mi + 1,8SD)$ s.d. $(Mi + 3SD)$, maka $(18 + 1,8(4) = 25,2)$ s.d. $(18 + 3(4) = 30)$. Jadi, kategori “sangat tinggi” untuk aspek konsentrasi jika nilai rata-ratanya di atas 25,2 s.d. 30.

- b) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “tinggi” adalah $(M_i + 0,6SD)$ s.d. $(M_i + 1,8SD)$, maka $(18 + 0,6(4) = 20,4)$ s.d. $(18 + 1,8(4) = 25,2)$. Jadi, kategori “tinggi” untuk aspek konsentrasi jika nilai rata-ratanya di atas 20,4 s.d. 25,2.
- c) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sedang” adalah $(M_i - 0,6SD)$ s.d. $(M_i + 0,6SD)$, maka $(18 - 0,6(4) = 15,6)$ s.d. $(21 + 0,6(4,67) = 20,4)$. Jadi, kategori “sedang” untuk aspek konsentrasi jika nilai rata-ratanya di atas 15,6 s.d. 20,4.
- d) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “rendah” adalah $(M_i - 1,8SD)$ s.d. $(M_i - 0,6SD)$, maka $(18 - 1,8(4) = 10,8)$ s.d. $(21 - 0,6(4) = 15,6)$. Jadi, kategori “rendah” untuk aspek konsentrasi jika nilai rata-ratanya di atas 10,8 s.d. 15,6.
- e) Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori “sangat rendah” adalah $(M_i - 3SD)$ s.d. $(M_i + 1,8SD)$, maka $(18 - 3(4) = 6)$ s.d. $(18 + 1,8(4) = 10,8)$. Jadi, kategori “sangat rendah” untuk aspek konsentrasi jika nilai rata-ratanya 6 s.d. 10,8.

Berdasarkan hasil hitungan penyusunan kriteria di atas, kriteria keterampilan psikologis untuk konsentrasi secara keseluruhan sebagai berikut.

Tabel 8. Kriteria Keterampilan Psikologis Aspek Konsentrasi

No	Rentang Skor Aspek Konsentrasi	Kategori
1	di atas 25,2 s.d. 30	Sangat Tinggi
2	di atas 20,4 s.d. 25,2	Tinggi
3	di atas 15,6 s.d. 20,4	Sedang
4	di atas 10,8 s.d. 15,6	Rendah
5	6 s.d. 10,8	Sangat Rendah