

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan cara ilmiah dalam usaha mendapatkan data untuk kepentingan serta manfaat tertentu. Metode penelitian yang digunakan ialah metode deskriptif kuantitatif. Metode deskriptif adalah metode pencarian fakta dengan interpretasi yang tepat karena metode deskriptif merupakan metode untuk membuat gambaran mengenai situasi atau kegiatan.

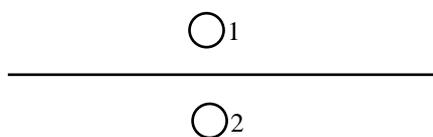
Metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang menggunakan angka sebagai dasar untuk membuat generalisasi tentang suatu fenomena. Ini menekankan analisis numerik data menggunakan teknik komputasi. Angka-angka yang digunakan dalam analisis statistik berasal dari skala objektif pengukuran unit analisis yang disebut variabel.

#### 3.2 Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan desain *cross sectional study*. Dalam desain ini memiliki tujuan untuk mengumpulkan data individu-individu yang berbeda dalam satu waktu untuk menggambarkan fenomena yang sedang terjadi pada waktu tersebut.

#### Gambar 3.1

Desain Penelitian



KETERANGAN	
○ <sub>1</sub>	Pengukuran siswa-siswi atlet
○ <sub>2</sub>	Pengukuran siswa-siswi non-atlet

#### 3.3 Populasi dan Sampel

##### 3.3.1 Populasi

Derifa Siti Muthia, 2024  
*STUDI DESKRIPTIF PERBEDAAN KESEHATAN MENTAL SISWA-SISWI ATLET DAN NON-ATLET  
SMAN 10 BANDUNG*  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Populasi adalah sekumpulan objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk selanjutnya dipelajari dan dibuat suatu kesimpulan. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi atlet dan non-atlet kelas 10, 11, dan 12 di SMAN 10 Bandung dengan jumlah 1.553 orang.

### 3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Adapun teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling* di mana teknik ini digunakan untuk menentukan sampel secara acak dan mereka mempunyai kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian. Penentuan banyaknya sampel menggunakan rumus dari Arikunto, jika subjeknya kurang dari 100 orang maka diambil seluruhnya, namun jika sampelnya lebih dari 100 orang dapat diambil 10% – 15% atau 20% -25%.

Diketahui jumlah populasi berjumlah 1.553, artinya sampel lebih dari 100 maka menggunakan 10%. Hasil yang didapat ialah sejumlah 155 subjek yang terdiri dari 78 siswa-siswi atlet dan 78 siswa siswi non-atlet. Total kelas di setiap angkatan berjumlah 10 kelas yang kemudian dari 6 kelas di masing-masing 3 orang dan 4 kelas lagi diambil 2 orang. Cara mengundinya ialah setiap siswa berhitung berurutan. Setelah mengetahui siswa memegang nomor berapa, kemudian diundi menggunakan spinner online. Nomor yang keluar dari hasil spin maka siswa yang nomornya sesuai akan menjadi sampel penelitian. Hal ini dilakukan dengan cara yang sama kepada siswa-siswi atlet maupun non-atlet. Dari total 78 siswa-siswi atlet dan non-atlet tersebut diambil dari:

- a) Kelas 10: 26 orang
- b) Kelas 11: 26 orang
- c) Kelas 12: 26 orang

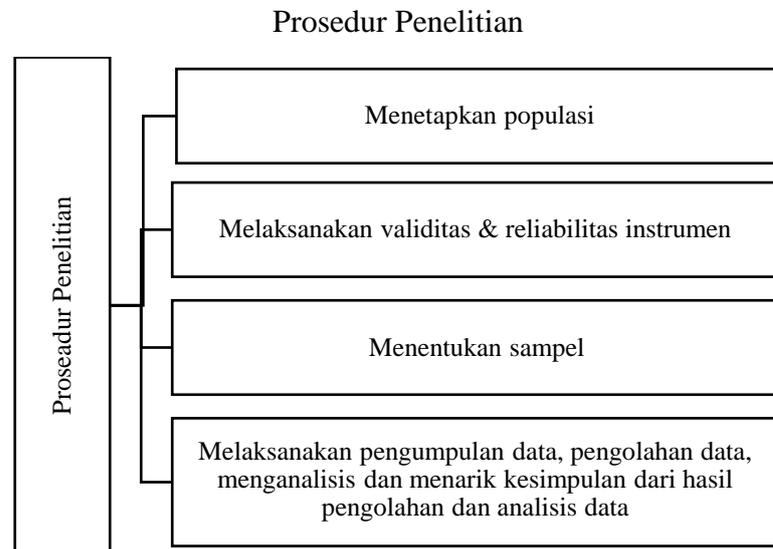
### 3.4 Prosedur Penelitian

Adapun langkah-langkah atau prosedur penelitian dalam penelitian ini ialah sebagai berikut:

1. Menetapkan populasi yaitu siswa-siswi SMAN 10 Bandung.
2. Melaksanakan validitas dan reliabilitas instrumen ke SMAN 19 Bandung.
3. Menentukan sampel.

4. Melaksanakan pengumpulan dan pengolahan data serta menganalisis dan menarik kesimpulan dari hasil pengolahan dan analisis data.

**Gambar 3.2**



### 3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen tes dalam penelitian ini menggunakan kuesioner/angket dengan skala likert. Skala likert merupakan teknik penskalaan yang hanya mengukur satu sifat kemudian responden diminta untuk menunjukkan tingkat persetujuan mereka dengan pernyataan yang diberikan. Dalam penelitian ini, kesehatan mental diukur dengan angket modifikasi dari “*School Adolescent Mental Health Instrument*” yang diterjemahkan terlebih dahulu dari Bahasa Inggris ke dalam Bahasa Indonesia. Setelah itu, telah dilaksanakan pula uji keterbacaan oleh Bapak Farhan Zakariyya, M.Psi., Psikolog yang merupakan dosen di Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pengetahuan UPI dan dinyatakan sesuai dengan kebahasaan di dunia psikologi. Tak sampai disitu, instrumen ini kemudian di uji coba ke siswa SMAN 19 Bandung sebelum akhirnya digunakan sebagai alat ukur kesehatan mental terhadap sampel sesungguhnya di SMAN 10 Bandung menggunakan angket yang telah dimodifikasi dari hasil uji validitas dan uji reliabilitasnya.

Skala yang digunakan ialah *likert scale* atau skala sikap yang terdiri dari 5 rentang skor. Skala 1 (Sangat tidak setuju), skala 2 (tidak setuju), skala 3 (netral), skala 4 (setuju), dan skala 5 (sangat setuju). *School Adolescent Mental Health Instrument* merupakan instrumen yang terdiri dari 3 dimensi serta 9 item indikator didalamnya dengan jumlah 43 butir soal dan mengalami modifikasi menjadi 37

butir soal. Dari 3 indikator tersebut yang pertama ialah *harmony of mental health functions* (keselarasan fungsi kesehatan mental) dengan item *feeling, mind, behavior*. Kemudian indikator kedua ialah *adaptability* (adaptasi) dengan item *self, other, environment*. Sedangkan indikator ketiga ialah *capability to actualize self-potential* (kemampuan mengembangkan potensi diri) dengan item *learning, interests, exercise*.

### 3.6 Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur sah atau tidaknya instrument tes. Validitas mengacu pada sejauh mana bukti dan teori mendukung interpretasi nilai tes yang yang diusulkan dalam kegunaan tes (Sireci & Sukin, 2013). Melakukan uji validitas bertujuan untuk melihat seberapa tepat variabel yang digunakan dalam penelitian. Suatu penelitian dapat dikatakan valid apabila mampu memberikan hasil atas apa yang benar-benar ingin diukur. Dengan kata lain, hasil dari penelitian yang valid akan menjawab apa yang dipertanyakan dalam penelitian itu sendiri.

Pengujian validitas pada instrumen kesehatan mental remaja ini telah di uji coba kepada 50 siswa-siswi di SMAN 19 Bandung dan angket ini terdiri dari 43 butir pernyataan. Hasil dari pengujian tersebut terdapat 37 butir soal dinyatakan valid dan 6 butir soal dinyatakan tidak valid seperti yang diuraikan pada tabel berikut:

**Tabel 3.1**

Uji Validitas

(Siswa Siswi Atlet dan Non-Atlet)

Butir Pertanyaan No.	R. Hitung	R. Tabel	Keterangan
1	0,311	0,279	VALID
2	0,375	0,279	VALID
3	0,312	0,279	VALID
4	0,357	0,279	VALID
5	0,348	0,279	VALID
6	0,537	0,279	VALID
7	0,468	0,279	VALID
8	0,075	0,279	TIDAK VALID
9	0,350	0,279	VALID
10	0,306	0,279	VALID

11	0,314	0,279	VALID
12	0,356	0,279	VALID
13	0,350	0,279	VALID
14	0,159	0,279	TIDAK VALID
15	0,350	0,279	VALID
16	0,296	0,279	VALID
17	0,457	0,279	VALID
18	0,298	0,279	VALID
19	0,310	0,279	VALID
20	0,335	0,279	VALID
21	0,293	0,279	VALID
22	0,319	0,279	VALID
23	0,213	0,279	TIDAK VALID
24	0,450	0,279	VALID
25	0,461	0,279	VALID
26	0,343	0,279	VALID
27	0,359	0,279	VALID
28	0,287	0,279	VALID
29	0,292	0,279	VALID
30	0,306	0,279	VALID
31	0,303	0,279	VALID
32	0,304	0,279	VALID
33	0,291	0,279	VALID
34	0,226	0,279	TIDAK VALID
35	0,314	0,279	VALID
36	0,350	0,279	VALID
37	0,332	0,279	VALID
38	0,119	0,279	TIDAK VALID
39	0,330	0,279	VALID
40	0,298	0,279	VALID
41	0,070	0,279	TIDAK VALID
42	0,321	0,279	VALID
43	0,319	0,279	VALID

### 3.7 Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah akurasi sejauh mana tes tersebut menunjukkan perbedaan yang tidak berubah-ubah dalam hal apa pun atau dinyatakan konsisten

(Cronbach, 1947). Uji reliabilitas dilakukan untuk melihat sejauh mana konsistensi hasil suatu penelitian ketika dilakukan secara berulang-ulang. Uji reliabilitas ini menggunakan rumus cronbach's alpha, skor yang diperoleh ialah rentangan dari beberapa nilai. Semakin tinggi tingkat reliabilitasnya, maka penelitian tersebut semakin bisa diandalkan.

Pengambilan keputusan dilaksanakan dengan didasarkan atas perhitungan sebagai berikut:

- 1) Jika nilai cronbach's alpha yang bila nilainya  $> 0,70$ , maka dinyatakan reliabel.
- 2) Jika nilai cronbach's alpha yang bila nilainya di atas  $< 0,70$ , maka dinyatakan tidak reliabel.

Berikut merupakan hasil perhitungan reliabilitas cronbach's alpha menggunakan SPSS versi 26:

**Tabel 3.2**

Uji Reliabilitas

Cronbach's Alpha (Siswa Siswi Atlet dan Non-Atlet)

Cronbach's Alpha	N of Items
0,779	43

Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan bahwa data yang telah diperoleh telah memenuhi standar reliabilitas dengan nilai cronbach's alpha  $0,779 > 0,70$ .

### 3.8 Analisis Data

Analisis data adalah proses inspeksi, pembersihan dan pemodelan data dengan tujuan menemukan informasi yang berguna, menginformasikan kesimpulan dan mendukung pengambilan keputusan. Analisis data merupakan metode yang digunakan untuk mengetahui bagaimana menggambarkan data, hubungan data, semantik data dan batasan data yang ada pada suatu sistem informasi dengan perhitungan uji-t dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Mengumpulkan data dari hasil angket/kuesioner responden
2. Uji normalitas dan homogenitas
3. Pengolahan data menggunakan uji-t