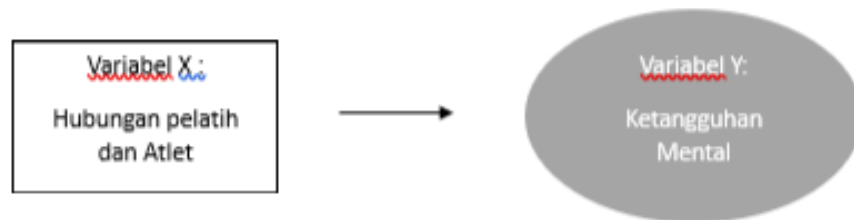


BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dimana penelitian ini merupakan penelitian yang berfokus pada pengujian hipotesis. Menurut Arikunto (2019) “ metode penelitian adalah cara utama yang digunakan peneliti untuk mencapai tujuan dan menentukan jawaban atas masalah yang diajukan.”. Metode yang digunakan yaitu menggunakan kuisioner yang disediakan oleh peneliti dengan menggunakan kuisioner *Mental Toughness Questionnaire (MTQ)* dan *Coach-Athlete Relationship (CART-Q)*.



Gambar 2. Variabel X & Y

Keterangan: Variabel X: Hubungan Pelatih dengan Atlet

Variabel Y: Ketangguhan Mental

3.2 Partisipan

Partisipan merupakan peserta individu yang keterlibatannya dalam penelitian adalah untuk menyediakan data dan hingga memulai dan merancang. Partisipan dalam penelitian ini adalah atlet aktif UKM futsal Universitas Pendidikan Indonesia yang berada di tempat.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Menurut Handayani (2020) populasi adalah totalitas dari setiap elemen yang akan diteliti yang memiliki ciri sama, bisa berupa individu dari suatu kelompok, atau sesuatu yang akan diteliti.

Populasi dalam penelitian ini yaitu meliputi seluruh atlet Futsal UKM Universitas Pendidikan Indonesia yang berada di tempat. Sampel penelitian ini

terdiri dari atlet yang secara aktif terlibat dalam kegiatan latihan rutin UKM futsal Universitas Pendidikan Indonesia

3.3.2 Sampel

Menurut Siyoto dan Sodik (2015) sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Total sampling adalah teknik pengumpulan data dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2007) Alasan mengambil total sampling karena, populasi yang tidak terpaku oleh karakter sampel serta seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. kriteria dalam pengambilan sampel ini yaitu seluruh atlet UKM futsal Universitas Pendidikan Indonesia serta bersedia menjadi sampel.

3.4 Instrumen Penelitian

(Hardani et al. 2020) mengemukakan bahwa instrumen merupakan suatu alat ukur yang digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan informasi kuantitatif terhadap karakteristik variabel, sehingga memerlukan alat ukur untuk mengukur variabel dalam mengumpulkan data. Penelitian Kuantitatif mengambil data berdasarkan kuisisioner yang diisi oleh narasumber. Alat ukur yang digunakan yaitu skala likert yang terdiri dari empat pilihan jawaban.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur ketangguhan mental dalam penelitian ini yaitu berupa kuisisioner ketangguhan mental (*Mental Toughness Quisisionaire (MTQ)*) yang diadaptasi dari seorang pakar psikologi olahraga yaitu Goldberg (1998) dan dikembangkan lagi oleh Michael Sheard, jim Golby dan Anna Van Wersch pada tahun 2009 untuk mengetahui ketangguhan mental pada atlet. Instrumen kuisisioner ini memiliki validitas konten yang baik dan mencakup kumpulan item yang dibutuhkan dalam atlet. Kuisisioner ini mempunyai skala terdiri dari 14 pertanyaan dengan komponen ketangguhan mental seperti keyakinan, keteguhan, percaya diri dan kontrol emosi. Berikut kuisisioner ketangguhan mental:

Tabel 1. Instrumen Mental Toughness Quisisionaire (MTQ)

No	Pernyataan	SL	SR	KD	TP
----	------------	----	----	----	----

1	Saya bisa mendapatkan kembali ketenangan saya jika saya kehilangan kepercayaan diri sementara waktu				
2	Saya khawatir akan melakukan permainan dengan buruk				
3	Saya berkomitmen untuk menyelesaikan tugas-tugas yang harus saya lakukan.				
4	Saya dikalahkan oleh keraguan diri sendiri.				
5	Saya memiliki rasa percaya diri yang tidak tergoyahkan.				
6	Saya memiliki apa yang saya butuhkan untuk melakukan performa dengan baik dalam keadaan penuh tekanan.				
7	Saya marah dan frustrasi ketika hal-hal tidak berjalan sesuai dengan keinginan saya				
8	Saya menyerah dalam situasi sulit.				
9	Saya menjadi cemas dengan peristiwa yang tidak saya harapkan atau tidak bisa dikendalikan.				
10	Saya mudah terganggu dan kehilangan konsentrasi.				
11	Saya memiliki kualitas yang membedakan saya dari pesaing lainnya.				
12	Saya bertanggung jawab untuk menetapkan target yang menantang diri saya.				
13	Saya menganggap potensi ancaman sebagai peluang yang positif.				
14	Di bawah tekanan, saya dapat membuat keputusan dengan percaya diri dan komitmen				

Selanjutnya, untuk mengukur efektivitas hubungan pelatih dan atlet dalam penelitian ini menggunakan *kuisisioner hubungan Pelatih-Athlet (CART-Q)* yang

dikembangkan oleh Jowett dan Ntoumanis (2004) untuk menilai hubungan pelatih dengan atlet. Kuisisioner ini terdiri dari 11 item yang digunakan untuk menilai hubungan pelatih dan atlet dalam tiga dimensi yaitu, komitmen (3 item), kedekatan (4 item) dan saling melengkapi (4 item). Berikut kuisisioner hubungan pelatih dan atlet:

Tabel 2. Instrumen Coach Athlete Relationship (CART-Q)

No	Pernyataan	STS	TS	KTS	N	KS	S	SS
KOMITMEN								
1	Saya merasa dekat dengan pelatih saya							
2	Saya merasa berkomitmen dengan pelatih saya							
3	Saya merasa karir olahraga saya menjanjikan dengan pelatih saya							
KEDEKATAN								
4	Saya menyukai pelatih saya							
5	Saya mempercayai pelatih saya							
6	Saya menghormati pelatih saya							
7	Saya menghargai pengorbanan yang dialami pelatih saya untuk meningkatkan kemampuan							
KOMPLEMENTARIS (saling melengkapi)								
8	Saat saya dilatih oleh pelatih saya, saya merasa nyaman							
9	Saat saya dilatih oleh pelatih saya, saya merasa responsif terhadap usahanya							
10	Saat saya dilatih oleh pelatih saya, saya siap melakukan yang terbaik							
11	Saat saya dilatih oleh pelatih saya, saya bersikap ramah							

3.5 Prosedur Penelitian

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu berupa kuisisioner. Kuisisioner berupa pertanyaan yang harus dijawab secara mandiri dan menjawab pertanyaan secara jujur. Kuisisioner akan diberikan pada responden yang sudah dipilih oleh peneliti sebagai sampel penelitian dan menjaga privasi narasumber selama proses penelitian berlangsung.

3.6 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan Software Statistical Product and Service Solutions (SPSS) Versi 25.0 dan tahap yang digunakan untuk menganalisis data yaitu sebagai berikut:

3.6.1 Statistik Deskriptif

Analisis deskriptif perlu dilakukan untuk melihat secara umum gambaran data seperti nilai rata-rata (mean), tertinggi (max), terendah (min) dan standar deviasi dari masing-masing variabel. Klasifikasi pembagian kategori adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	00,00-14,00	Tidak Tangguh
2	14,01- 28,00	Kurang Tangguh
3	28,01-42,00	Tangguh
4	42,01- 56,00	Sangat tangguh

3.6.2 Uji Normalitas

Uji Normalitas ini untuk menentukan apakah data yang didistribusikan normal atau tidak. Uji normalitas digunakan dalam pengujian hipotesis sangat diperlukan dalam menentukan asumsi-asumsi sebab, salah satu persyaratan dan asumsi bahwa distribusi data variabel penelitian yang dianalisis harus memiliki distribusi yang normal. Uji normalitas dalam penelitian yang saya lakukan menggunakan teknik Kolmogorov-Smirnov dengan kategori, jika nilai $p >$ dari 0,05 maka data berdistribusi normal, jika $p <$ dari 0,05 maka data berdistribusi tidak normal.

3.6.3 Uji Linearitas

Uji linieritas ini bertujuan untuk melihat hubungan linier yang signifikan dari dua variabel yang diteliti. Dengan kata lain, uji linieritas ini untuk mengetahui bentuk hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Pengujian ini biasa dilakukan ketika peneliti ingin mencari hubungan variabel tertentu dalam analisis korelasi. Suatu variabel dikatakan memiliki hubungan linier jika nilai signifikansi lebih dari 0,05.

3.6.4 Uji Korelasi Pearson

Analisis uji korelasi pearson merupakan uji parametrik untuk menguji hubungan antara 2 variabel dengan skala pengukuran numerik. Uji korelasi pearson ini dilakukan apabila asumsi paling tidak salah satu variabel harus terdistribusi dengan normal. Keeratan hubungan dinyatakan dalam (r) dengan pedoman derajat hubungan:

- 1) 0,00 - 0,20 : Tidak ada korelasi
- 2) 0,21 - 0,40 : Hubungan yang kecil/korelasi lemah
- 3) 0,41 - 0,60 : Hubungan yang cukup erat/korelasi sedang
- 4) 0,61 - 0,80 : Hubungan yang erat/korelasi kuat
- 5) 0,81 - 1,00 : Hubungan yang sangat erat/korelasi sempurna