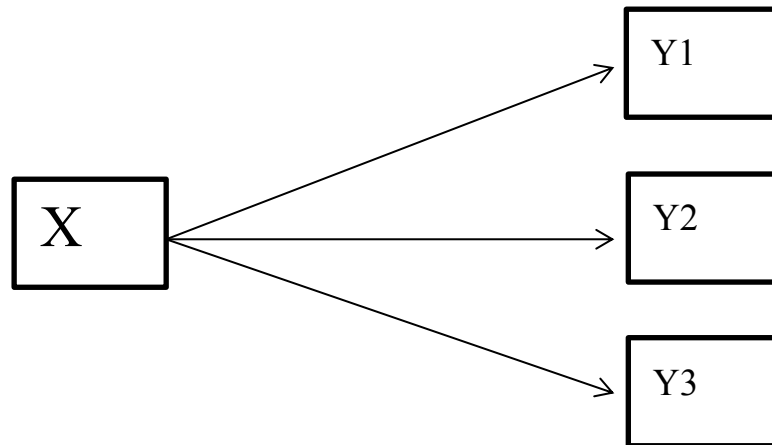


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif komparatif. Adapun prosedur penelitiannya seperti berikut ini :



Gambar 3.1
Desain Penelitian
(sumber : Sugiono)

Keterangan

X : Arung jeram

Y1 : kecemasan anak sebelum melakukan olahraga arung jeram

Y2 : kecemasan anak ketika melakukan olahraga arung jeram

Y3 : kecemasan anak sesudah melakukan olahraga arung jeram

Menurut kerlinger, 1973 (sugiyono, 2011: 38) variabel adalah konstruk (constructs) atau sifat yang akan dipelajari. Menurut Sutrisno Hadi (Arikunto, 2010: 159) variabel adalah sebagai gejala yang bervariasi. Berdasarkan permasalahan yang ada, variabel yang terdapat dalam penelitian ini terdiri dari :

1. Variabel bebas / Independen (X)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang

menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan anak. Tingkat kecemasan anak dalam penelitian ini yang terdiri dari sebelum dan sesudah.

2. Variabel terikat / dependen (Y)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Khusus dalam penelitian ini tidak terdapat variabel terikat-nya.

Penelitian ini sendiri termasuk penelitian deskriptif kuantitatif yang bersifat komparasi/komparatif. Berikut penjelasan metode deskriptif kuantitatif menurut Sugiono (2013, hlm 37)

1. Deskriptif : adalah judul penelitian yang bermaksud menggambarkan keadaan satu atau lebih variabel secara mandiri. Dalam penelitian ini peneliti tidak membuat perbandingan variabel itu pada sampel yang lain, dan mencari hubungan variabel itu dengan variabel yang lain. Penelitian semacam ini untuk selanjutnya dinamakan penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian pada level yang terendah.
2. Kuantitatif : Metode kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan.
3. Komparatif : adalah judul penelitian yang bermaksud membandingkan nilai satu atau lebih variabel mandiri pada dua atau lebih populasi, sampel atau waktu yang berbeda atau gabungan semuanya. Penelitian komparatif kesulitannya lebih tinggi daripada deskriptif.

B. Partisipan

Partisipan yang terdapat dalam penelitian ini adalah pengunjung anak-anak berusia 10-12 tahun. Karakteristiknya tidak terikat atau boleh laki-laki maupun perempuan yang penting berusia 10-12 tahun, sehat jasmani dan pengunjung yang mau melakukan arung jeram di Ciater SPA Resort.

C. Populasi dan sampel

Populasi dan sampel yang akan diambil peneliti yaitu pengunjung anak-anak berusia 10-12 tahun yang akan melakukan olahraga arung jeram. Harus anak berusia 10-12 tahun ini dikarenakan judul peneliti yang lebih spesifik ingin mengetahui dan meneliti tingkat kecemasan anak saat melakukan olahraga arung jeram. Tidak boleh dibawah umur 10 tahun karena usia 10 tahun adalah minimal usia yang dibolehkan oleh pihak Ciater SPA Resort melakukan arung jeram, hal tersebut juga dikhawatirkan akan berbahaya bagi anak jika melakukan arung jeram dengan usia dibawah 10 tahun karena masih belum bisa mengontrol kecemasannya dengan baik. Peneliti juga tidak memasukan usia diatas 13 tahun karena usia tersebut sudah mau masuk usia dewasa dan lebih bisa mengontrol kecemasannya dibanding anak-anak usia 10-12 tahun. Jumlah sampel yang diambil yaitu sebanyak 20 orang anak dengan rincian 10 orang anak laki-laki dan 10 orang anak perempuan.

D. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif yaitu suatu metode dalam meneliti status sekelompok manusia, suatu obyek, suatu kondisi, suatu sistem pemikiran ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang. Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat antar fenomena yang diteliti.

Metode yang digunakan dalam penelitian kuantitatif ini adalah metode survei. Penggunaan metode dalam penelitian disesuaikan dengan masalah serta tujuan penelitian tersebut. Oleh sebab itu, metode penelitian sangat penting dalam pelaksanaan, pengumpulan dan analisis data. Sedangkan teknik

pengumpulan data adalah dengan menggunakan angket. Cara menyampaikan angket, angket diisi oleh sampel kemudian dikumpulkan kembali kepada peneliti. Jenis pertanyaan tertutup dengan kemungkinan jawaban sudah ditentukan terlebih dahulu dan sampel tidak diberi kesempatan memberikan jawaban lain sehingga anak diminta memilih salah satu jawaban yang dianggap sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Tujuan Metode kuantitatif survei adalah membuktikan hipotesis dalam kondisi alamiah (Sugiono 2013).

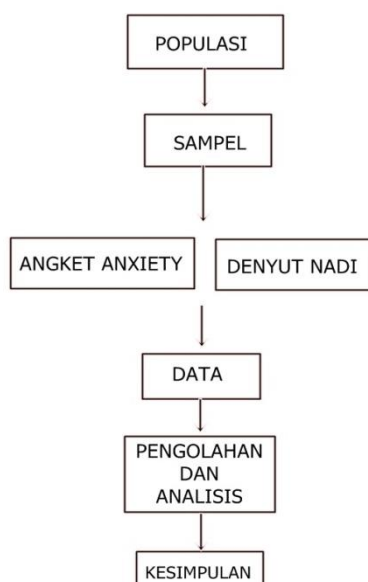
Metode survei menurut Sugiono (2013, hlm 24) adalah metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mendapatkan data yang terjadi pada masa lampau atau saat ini, tentang keyakinan, pendapa, karakteristik, perilaku, hubungan variabel dan untuk menguji beberapa hipotesis tentang variabel sosiologis dan psikologis dari sampel yang diambil dari populasi tertentu, teknik pengumpulan data dengan pengamatan (wawancara atau kuesioner) dan hasil penelitian cenderung untuk digeneralisasikan.

Metode survei menurut Neuman W Lawrence dalam Sugiono (2013) penelitian survei adalah penelitian kuantitatif. Dalam penelitian survei, peneliti menanyakan ke beberapa orang (yang disebut dengan responden) tentang keyakinan, pendapat, karakteristik suatu obyek dan perilaku yang telah lalu atau sekarang. Penelitian survei berkenaan dengan pertanyaan tentang keyakinan dan perilaku dirinya sendiri.

Gambar 3.2

Prosedur Penelitian

(sumber : peneliti)



E. Prosedur Penelitian

Mengumpulkan data dari sampel penelitian dibutuhkan adanya alat yang disebut instrumen. Instrumen penelitian digunakan sebagai alat ukur untuk memperoleh data dari permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini. Hasil dari pengolahan data ini kemudian akan dijadikan sebagai sebuah kesimpulan dari hasil penelitian, dan akan menjawab permasalahan yang ada. Penelitian ini termasuk penelitian survey dengan menggunakan instrumen angket untuk meminta tanggapan dari responden.

Angket atau questionnaire adalah daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain yang bersedia memberikan responsesuai dengan permintaan penggunaan. Tujuan penyebaran angket ialah untuk mencari informasi yang lengkap mengenai suatu masalah dari responden tanpa merasa khawatir bila responden memberikan jawaban. Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup. Angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden diminta untuk memilih satu jawaban yang sesuai dengan karakteristik dan keadaan dirinya. Angket dalam penelitian ini terdiri dari komponen atau variabel yang dijabarkan melalui sub komponen, indikator-indikator dan pertanyaan-pertanyaan. Butir-butir pertanyaan tersebut merupakan gambaran tentang tingkat kecemasan anak sebelum, selama dan sesudah melakukan olahraga arung jeram.

Untuk memudahkan dalam penyusunan angket haruslah disusun dengan sistematis, maka langkah-langkah menyusun angket sebagai berikut :

1. Melakukan Spesifikasi Data

Cara ini dilakukan untuk menjabarkan ruang lingkup masalah yang akan diukur secara terperinci. Agar lebih jelas dan memudahkan penyusunan spesifikasi data tersebut, maka peneliti tuangkan dalam bentuk kisi-kisi yang mengacu pada penjelasan seperti berikut :

- a. Menurut Weinberg dan Gould (1988) dalam Satiadarma (2000 hlm 95), kecemasan adalah “keadaan emosi negatif yang ditandai oleh adanya perasaan khawatir, was-was, dan disertai dengan peningkatan gugah system kebutuhan”.

- b. Menurut Greist (1986) dalam Gunarsa (1996, hlm 39) menyatakan bahwa gejala kecemasan bermacam-macam bentuk dan kompleksitasnya, namun biasanya cukup mudah dikenal.

Seseorang yang mengalami kecemasan cenderung untuk terus menerus merasa khawatir akan keadaan yang buruk yang akan menimpa dirinya. Biasanya, seorang yang mengalami kecemasan cenderung tidak sabar, mudah tersinggung, sering mengeluh, sulit berkonsentrasi, dan mudah terganggu tidurnya atau mengalami kesulitan untuk tidur. Penderita kecemasan sering mengalami gejala-gejala seperti: berkeringat berlebihan (walaupun udara tidak panas dan bukan pada saat setelah berolahraga), jantung berdegup terlalu keras, dingin pada kaki atau tangan, mengalami gangguan pencernaan, merasa mulut kering, merasa tenggorokan kering, tampak pucat, sering buang air kecil melebihi batas kewajaran dan lain-lain. Mereka juga sering mengeluh sakit persendian, kaku otot, cepat merasa lelah, tidak mampu rileks, sering terkejut, dan adakalanya disertai gerakan-gerakan wajah atau anggota tubuh dengan intensitas dan frekuensi berlebihan, misalnya: pada saat duduk terus menerus menggoyangkan kaki, meregang regangkan leher, mengernyitkan dahi, dan lain-lain.

Selain angket penelitian ini juga menggunakan instrumen polar sebagai alat ukur denyut nadi. Polar sendiri banyak digunakan untuk mengukur bentuk-bentuk penelitian yang berhubungan dengan kondisi fisik, kapasitas maksimal paru (Vo_2Max) dan denyut nadi manusia (Nelson 2005). Peneliti menggunakan instrumen polar pada sampel pada sebelum dan sesudah melakukan pengarungan arung jeram.

Dari penjelasan diatas, peneliti membuat pertanyaan pada sampel penelitian dan hasil jawaban pertanyaan tersebut digambarkan dalam kisi-kisi sebagai berikut ;

Tabel 3.1
Kisi-kisi Angket Tingkat Kecemasan Anak
Sebelum, Selama dan Sesudah Melakukan Olahraga Arung Jeram
(Dalam Bara, 2013)

Variabel	Sub Variabel	Indikator	No Soal & Jenis Pertanyaan	
			+	-
Anxiety (Singgih D. Gunarsa, dkk	1. Sebelum Melakukan olahraga arung jeram a. Gejala Fisik - Gelisah	- Gelisah sebelum melakukan		2

1989) & (Orlick, 1998).	- Antusias	olahraga arung jeram		
		- Tertawa girang sebelum melakukan arung jeram	1	
		- Merasa antusias untuk segera memakai pelampung sebelum melakukan arung jeram	3	
		- Ingin menjadi yang pertama naik ke perahu	4	
	b. Gejala Psikis			
	- Khawatir	- Air yang deras membuat takut untuk naik perahu		5
	- Motivasi	- Merasa senang melakukan arung jeram bersama teman-teman	6	
		- Merasa malas melakukan arung jeram		7
	- Emosi	- Menangis karena takut akan jatuh dari perahu		8
	2. Selama Melakukan olahraga arung jeram			
	a. Gejala Fisik			
	- Gelisah	- Gemetar saat melakukan arung jeram		2
		- Memegang erat-erat perahu karena takut terjatuh		4
- Motivasi/Antusias	- Berteriak karena senang saat melakukan arung jeram	1		
	- Tertawa senang saat terjatuh dari perahu	3		
b. Gejala Psikis				
- Khawatir	- Merasa takut saat melihat teman terjatuh		6	
- Emosi	- Menangis saat terjatuh dari perahu		5	
3. Sesudah Melakukan olahraga arung jeram				
a. Gejala Fisik				
- Efek pengurangan	- Badan menggigil kedinginan		1	

		setelah melakukan arung jeram		
		- Luka jatuh setelah melakukan arung jeram membuat trauma		4
	- Perubahan tingkah laku	- Merasa pusing setelah melakukan arung jeram		2
		- Perut mual setelah melakukan arung jeram		3
	b. Gejala Psikis			
	- Motivasi	- Merasa gembira dan antusias ingin melakukan arung jeram lagi	5	
		- Akan mengajak keluarga untuk bermain arung jeram jika liburan sekolah tiba	6	
		- Malas dan tidak mau lagi melakukan arung jeram		7

Mengenai jawaban dalam angket, penulis menggunakan skala Linkert.

Setiap pernyataan itu memiliki lima alternatif jawaban sebagai berikut:

- a. Sangat Setuju (SS)
- b. Setuju (S)
- c. Ragu-Ragu (R)
- d. Tidak Setuju (TS)
- e. Sangat Tidak Setuju (STS)

Untuk setiap pernyataan memiliki nilai/skor skala sikap masing-masing, yang dapat dilihat dalam tabel 3.2

Tabel 3.2
Kategori penyekoran alternatif jawaban

Arah Pernyataan	(SS)	(S)	(R)	(TS)	(STS)
Positif	5	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4	5

Adapun alasan dalam menggunakan skala linkert ini yaitu:

- a. Metodenya sederhana dan tidak berbelit-belit
- b. Skala linkert dapat memberi informasi dengan jelas mengenai

tingkat persetujuan dan intensitas responden

- c. Skala Linkert mempunyai realibilitas yang tinggi dalam mengurutkan manusia berdasarkan intensitas sikap tertentu
- d. Dalam pengkonstruksiannya lebih menghemat tenaga dan biaya

Sebelum angket diberikan kepada sampel penelitian, wajib diuji validitas dan realibilitas instrumen. Validitas dalam bahasa sederhana digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu tes untuk mengungkapkan sesuatu yang akan diukur. Reliabilitas secara sederhana adalah alat untuk menguji konsistensi dari waktu ke waktu. Validitas diuji dengan scale realibility dan realibilitas diuji dengan alpha cronbach.

Adapun hasil uji validitas realibilitas angket peneliti yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.3
Uji Coba Angket Kecemasan

Momen	Butir Soal	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan
SEBELUM	s1	0,291	Valid
	s2	0,368	Valid
	s3	0,522	Valid
	s4	0,123	Tidak Valid
	s5	0,317	Valid
	s6	0,142	Tidak Valid
	s7	0,195	Tidak Valid
	s8	0,385	Valid
	s9	0,554	Valid
	s10	0,47	Valid
	s11	0,334	Valid
SELAMA	s12	0,432	Valid
	s13	0,522	Valid
	s14	0,382	Valid
	s15	0,253	Valid
	s16	0,565	Valid
	s17	-0,03	Tidak Valid
	s18	0,44	Valid
	s19	0,005	Tidak Valid
	s20	0,172	Tidak Valid
DAH SESU	s21	0,048	Tidak Valid
	s22	0,266	Valid

	s23	0,54	Valid
	s24	0,242	Valid
	s25	0,347	Valid
	s26	0,687	Valid
	s27	0,525	Valid
	s28	0,484	Valid

Pengambilan keputusan berdasarkan perhitungan nilai *Corrected Item-Total Correlation* hasil dari analisis *Reability Scale*. Menurut, Nisfiannor Muhammad (2009: 229), “bahwa untuk menyatakan butir item valid atau tidak valid digunakan patokan 0,200”. Terlihat pada tabel diatas memiliki nilai *Corrected Item-Total Correlation* diatas 0,200, yang berarti tes tersebut dinyatakan Valid. Sedangkan untuk melihat tingkat reliabilitas tes ini dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 3.4
Statistik Realibilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.849	21

Pengambilan keputusan dilakukan berdasarkan penghitungan nilai *Cronbach Alpha*, bila nilainya diatas 0,600 maka dinyatakan reliabel. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa instrumen angket kecemasan telah memenuhi standar reliabilitas, karena memiliki nilai *Cronbach Alpha* = 0,849 > 0,600.

F. Analisis Data

Teknik pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan penghitungan komputasi program SPSS (Statistikal Product and Service Solution) versi 16.0 for windows karena program ini memiliki kemampuan analisis statistik cukup tinggi serta sistem manajemen data pada lingkungan grafis menggunakan menu-menu dekriptif dan kotak-kotak dialog sederhana, sehingga mudah dipahami cara pengoperasiannya (Sugianto, 2007 hlm 1).

Adapun langkah pengolahan tersebut yaitu:

1. Deskriptif untuk memberikan gambaran mengenai Tingkat Kecemasan Anak Sebelum, Selama dan Sesudah Melakukan Pengarungan. Analisis menggunakan descriptive statistiks dengan sub menu explore.
2. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui setiap variabel yang akan dianalisis atau data yang diperoleh berdistribusi normal. Peneliti menggunakan teknik analisis dengan menggunakan Kolomogrov Smirnov Z untuk mengetahui normalitas data. Kondisi data berdistribusi normal menjadi syarat untuk menguji hipotesis menggunakan statistik parametrik. Apabila data tidak berdistribusi normal maka disarankan pengolahan data menggunakan statistik non parametrik.
3. Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi adalah sama atau tidak. Uji ini dilakukan sebagai prasyarat dalam analisis One Way Anova . Asumsi yang mendasari dalam analisis varian. Sebagai kriteria pengujian, jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok data adalah sama.
4. Analisis menggunakan statistik parametrik sub menu, One Way Anova untuk menguji perbedaan lebih dari tiga variabel, yaitu tingkat kecemasan sebelum, selama dan sesudah melakukan pengarungan. Jika uji normalitas dan homogenitas sudah terpenuhi. Atau menggunakan statistik non parametric menggunakan Uji Kruskal Wallis Test.