

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu, hal dijelaskan oleh Sugiyono (2011, hlm.3). Penggunaan metode dalam suatu penelitian disesuaikan dengan masalah dan tujuan penelitian. Masalah dan tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian, yaitu Bagaimana gambaran *mental toughness* dan prestasi atlet pencak silat pada Kejuaraan Pencak Silat Bandung Open 2016? Sedangkan tujuan penelitiannya yaitu, untuk mengetahui gambaran *mental toughness* dan prestasi atlet pencak silat pada Kejuaraan Pencak Silat Bandung Open 2016.

Atas hal-hal yang sudah diuraikan sebelumnya dan dilihat dari tujuan penelitian, maka peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif. Dimana tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran *mental toughness* dan prestasi atlet pencak silat pada Kejuaraan Pencak Silat Bandung Open 2016.

Metode ini tepat digunakan dalam memperoleh data dan menganalisis data untuk menarik kesimpulan sesuai dengan masalah yang dikaji. Dalam Sugiyono (2011, hlm. 28) menyatakan bahwa:

Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau member gambaran terhadap obyek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa statistik deskriptif merupakan penelitian yang memiliki tujuan untuk menggambarkan suatu obyek yang diteliti melalui data sampel dan populasi sesuai kejadian hari itu (apa adanya) tanpa melakukan analisis. Secara spesifik dapat dikemukakan bahwa penelitian ini untuk mengetahui gambaran *mental toughness* dan prestasi atlet pencak silat pada Kejuaraan Pencak Silat Bandung Open 2016.

B. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dan sampel merupakan sumber data yang mendukung tercapainya tujuan penelitian yang sedang peneliti lakukan. Populasi merupakan kelompok besar dan wilayah yang menjadi ruang lingkup penelitian. Sugiyono (2014, hlm.119) menjelaskan bahwa “Populasi adalah generalisasi yang terdiri dari objek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Selain itu Arikunto (2002, hlm.102) menjelaskan bahwa “Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian”.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, yang dimaksud dengan populasi adalah sumber data secara keseluruhan subjek penelitian, dan dengan data yang terkumpul kita dapat menganalisa dan menarik kesimpulannya untuk membuktikan kebenaran hipotesis.

Populasi dari penelitian ini adalah atlet kategori tanding pra remaja tingkat SMP/Se-Derajat yang mengikuti Kejuaraan Pencak Silat Bandung Open 2016, dengan jumlah 38 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah seluruh jumlah populasi yang ada. Sugiyono (2014, hlm.120) menjelaskan bahwa “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Terdapat berbagai teknik atau cara untuk menentukan sampel yang digunakan. Menurut Sugiyono (2014, hlm.122) terdapat beberapa macam sampling yaitu sebagai berikut:

Probability sampling dan non probability sampling. Probability sampling terdiri dari simple random sampling, proportionate stratified random sampling, disproportionate stratified random sampling, area (cluster) sampling, sedangkan nonprobability sampling terdiri dari sampling sistematis, sampling kuota, sampling incidental, purposive sampling, sampling jenuh, dan snowball sampling.

Dari pernyataan di atas, pada penelitian ini peneliti menggunakan *nonprobability sampling* dengan bentuk *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2014, hlm.125) “*Nonprobability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel”. Sedangkan menurut Sugiyono (2014, hlm.126) “*Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”.

Maka berdasarkan penjelasan di atas, penulis akan mencoba untuk meneliti dengan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling* dimana sampel yang digunakan yaitu atlet yang mengikuti Kejuaraan Pencak Silat Bandung Open 2016 yang berjumlah 38 atlet.

C. Definisi Operasional

Berdasarkan kajian teori dan untuk menghindari terjadinya kesalahan dalam menafsirkan definisi variabel penelitian maka, variabel penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Profil adalah grafik atau ikhtisar yang memberikan fakta tentang hal-hal khusus.
2. Menurut Gucciardi, Gordon, & Dimmock (2008) *Mental toughness* adalah ketangguhan mental koleksi nilai-nilai, sikap, perilaku, dan emosi, yang memungkinkan seorang individu untuk bertahan dan mengatasi hambatan, kesulitan atau tekanan yang dialami, tetapi juga untuk menjaga konsentrasi dan motivasi ketika hal-hal berjalan dengan baik, untuk secara konsisten menghasilkan tingkat tinggi performanya.
3. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Prestasi adalah hasil yang telah dicapai (dari yang telah dilakukan, dikerjakan, dan sebagainya)
4. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Pencak adalah permainan (keahlian) untuk mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, mengelak, dan sebagainya.
5. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, Silat adalah kepandaian berkelahi, seni bela diri khas Indonesia dengan ketangkasan membela diri dan menyerang untuk pertandingan atau perkelahian.

Dalam ketahanan mental terdapat beberapa aspek dan indikator seperti yang dijelaskan dalam Tabel 3.1.

Tabel 3.1 Variabel, Aspek, dan Indikator

Sumber : Clough and K. Earle (dalam Mulyana dkk, 2014, hlm.33)

| Variabel | Aspek | Indikator |
|-------------------------|----------------|---------------------|
| <i>Mental Toughness</i> | <i>Control</i> | <i>Life Control</i> |

| | | |
|--|--|--|
| | <p>Seberapa besar kesanggupan atlet untuk dapat mengendalikan dan mengarahkan tindakan pada pencapaian keberhasilan.</p> <p>Commitment Kecenderungan atlet untuk bertahan menyelesaikan tugas dan tujuan yang telah diberikan dengan mengeluarkan seluruh kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikannya.</p> <p>Challenge Kecenderungan atlet dalam memandang tantangan dan permasalahan sebagai sesuatu yang harus</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Perasaan otonomi diri dan perasaan adanya suatu pilihan yang dapat diambil. 2. Yakin bahwa dengan kemampuan yang dimiliki dapat mencapai keberhasilan. 3. Keterampilan untuk membuat keputusan yang tepat. <p>Emotional Control</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Keterampilan mengelola emosi saat menghadapi tekanan dan tantangan. 2. Memiliki dorongan untuk berprestasi sesuai dengan tujuan. 3. Kemampuan untuk melihat peristiwa yang menyebabkan stres sebagai suatu bagian dari kehidupan. <ol style="list-style-type: none"> 1. Daya tahan dalam menyelesaikan pekerjaan meskipun terdapat berbagai hambatan. 2. Bersungguh-sungguh dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan dengan mengoptimalkan seluruh kemampuan yang dimiliki. 3. Konsekuen dalam melakukan suatu hal sesuai dengan apa yang telah direncanakan sebelumnya. <ol style="list-style-type: none"> 1. Memandang segala sesuatu secara positif dan optimis. 2. Usaha atlet untuk tetap pada tujuan dan kuat menghadapi berbagai tantangan dan cobaan dalam menjalankan tanggung jawabnya. 3. Kesanggupan untuk |
|--|--|--|

| | | |
|--|--|--|
| | diselesaikan. | mengambil resiko yang membangun. |
| | <p>Confidence Seberapa kuat keyakinan atlet untuk dapat berhasil menyelesaikan tantangan yang dianggap dapat menyebabkan kemunduran baik kemunduran fisik, mental maupun lisan.</p> | <p>Confidence in abilities</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Percaya akan kemampuan diri sendiri sehingga tidak membutuhkan pujian atau pengakuan dari orang lain. 2. Memandang keberhasilan atau kegagalan tergantung usaha sendiri. 3. tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan. 4. tidak bergantung pada bantuan orang lain. <p>Interpersonal Confidence</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain. 2. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok. 3. Mempunyai cara pandang positif terhadap orang lain dan situasi di luar dirinya. |

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Kuesioner

Teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan untuk memperoleh data mencapai tujuan penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Arikunto (2002, hlm.124) menjelaskan bahwa: “Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal yg diketahui”. Lebih lanjut Sugiyono (2014, hlm.193) menjelaskan bahwa: “Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden”.

Berdasarkan uraian di atas, kuesioner merupakan sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis yang efisien untuk memperoleh informasi dari responden.

2. Pengembangan Instrumen Penelitian

Kuesioner sebagai instrumen utama penelitian yang berisi pernyataan dengan jawaban menggunakan Skala Guttman untuk mengetahui gambaran *mental toughness* dan prestasi atlet pencak silat pada Kejuaraan Pencak Silat Bandung Open 2016. Skala Guttman merupakan skala yang digunakan untuk memperoleh jawaban dari responden yang bersifat jelas (tegas) dan konsisten, seperti jawaban benar-salah. Skala Guttman dapat dibuat dalam bentuk pilihan ganda maupun checklist. Untuk jawaban positif seperti benar diberi skor 1 dan jawaban negatif seperti salah diberi skor 0. Pernyataan dibuat dalam bentuk pertanyaan positif seperti pada Tabel 3.2.

Tabel 3.2 Skala Guttman

| No. | Pernyataan | Benar/Salah | Skor |
|-----|--|-------------|------|
| 1 | Saya seorang atlet yang sangat termotivasi | B | 1 |
| | | S | 0 |
| 2 | dst.... | | |

a. Validitas dan Realibilitas Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa kuesioner yang merupakan metode *self-report*, yaitu responden memberikan respons sesuai dengan keadaan dirinya. Alat ukur yang digunakan adalah *Mental Toughness Questionnaire (MTQ) Sports*. Instrumen tersebut dikembangkan oleh Clough and K. Earle (dalam Mulyana dkk, 2014, hlm. 32), dengan nilai validitas sebesar 0,8976. Dikarenakan sudah ditemukannya nilai validitas dari instrumen tersebut dari penelitian sebelumnya, maka peneliti menggunakan kuesioner yang sudah ada.

E. Analisis Data

Analisis merupakan proses pemecahan data menjadi komponen-komponen yang lebih kecil berdasarkan elemen dan struktur tertentu. Analisa data merupakan bagian yang sangat penting dalam metode ilmiah. Karena dengan analisa tersebut dapat memberikan makna yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian. Data mentah yang telah terkumpul dipecahkan menjadi beberapa kelompok, serta dikategorisasikan dan diproses sedemikian rupa sehingga data tersebut mempunyai makna untuk menjawab masalah penelitian dan bermanfaat dalam menguji hipotesa. Selanjutnya pengolahan dan analisis data dilakukan dengan menggunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) Series 23*. Asumsi hasil penelitian terdiri atas beberapa hal sebagai berikut:

1. Deskripsi Data

Siti Khoirunnisa, 2016

PROFIL MENTAL TOUGHNESS DAN PRESTASI ATLET PENCAK SILAT PADA KEJUARAAN PENCAK SILAT BANDUNG OPEN 2016

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Deskripsi data dalam hal ini mengungkap mengenai gambaran data hasil penelitian. Pengolahan dilakukan dengan menggunakan menu *analyze description explore* data pada program SPSS. Data yang yang menghitung besaran-besaran statistika seperti; rata-rata, median, modus, simpangan baku (standar deviasi) pada gambaran *mental toughness* dan prestasi atlet pencak silat pada Kejuaraan Pencak Silat Bandung Open 2016. Kemudian menyajikan besaran-besaran tersebut dalam bentuk tabel. Selain itu, pada statistika deskriptif dilakukan juga penyajian data tentang karakteristik-karakteristik yang dimiliki subjek penelitian.

Dalam penyajian deskripsi data, adapun data yang harus ditampilkan secara ringkasnya yaitu rata-rata antar variable, simpangan baku, dan varians. Sedangkan untuk melihat presentasi dari setiap variabel menggunakan rumus sebagai berikut:

$$(p = \frac{f}{n} \times 100\%)$$

Keterangan: p = presentase

f = data yang di dapatkan

n = jumlah seluruh data

100% = bilangan konstan