

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian yang dipilih peneliti didasarkan pada tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan *mental toughness* dengan performa atlet bola basket. Peneliti menentukan pilihan metode penelitian sebagai kegiatan yang sistematis, direncanakan dan mengikuti atura-aturan yang dilakukan oleh para peneliti untuk memecahkan masalah.

Metode penelitian yang digunakan dalam penyusunan skripsi ini adaah metode deskriptif korelasional, yaitu mengetahui hubungan antara *mental toughness* dengan performa atlet basket pada kejuaraan bola basket sekota Bandung. Untuk memperoleh gambaran mengenai *mental toughness* dan performa atlet peneliti menggunakan metode deskriptif. Menurut Sukmadinata (2012, hlm. 54) “Penelitian deskriptif (*descriptive research*) adalah suatu metode penelitian yang ditujukan untuk menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, yang berlangsung pada saat ini atau atau saat yang lampau”. Sedangkan untuk mengetahui hubungan kedua variable tersebut dengan menggunakan alat uji hubungan variable dengan menggunakan uji korelasional.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian ini ditentukan berdasarkan permasalahan yang ada terkait dengan *mental toughness* dan performa atlet bola basket pada kejuaraan basket sekota Bandung. Populasi adalah subjek penelitian. Arikunto (2006, hlm.130) menjelaskan bahwa “Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian”. Dan Sugiyono (2012, hlm. 80) 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”.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa populasi adalah sekelompok individu-individu yang memiliki karakteristik tertentu yang merupakan sebagai keseluruhan subjek penelitian dimana kita dapat mengumpulkan data dan dianalisis untuk menarik kesimpulan dan membuktikan kebenaran hipotesis.

Dalam penelitian ini populasinya adalah atlet yang mengikuti kejuaraan bola basket sekota Bandung tahun 2016.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2012, hlm. 81) “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.” Teknik pengambilan sampel yang penulis gunakan adalah teknik pengambilan sampel bukan acak. Keputusan pengambilan teknik sampel bukan acak adalah karena pertimbangan tertentu dimana mental toughness ini akan sangat berpengaruh pada pertandingan atau partai tertentu seperti partai semifinal.

Maka penulis menentukan sampel yang digunakan adalah para atlet/klub yang berhasil masuk sampai semifinal sebanyak 20 orang masing-masing 5 orang atlet pemain inti tiap klub, alasan pengambilan sampel ini adalah karena dalam partai semifinal mencerminkan atlet yang memiliki kemampuan lebih dibandingkan atlet-atlet/klub yang hanya bisa sampai babak penyisihan dan kemampuan dalam diri atlet-atlet yang telah mencapai partai semifinal bisa dikatakan tidak terlalu jauh berbeda sehingga faktor mental yang akan menentukan hasil dari pertandingan.

C. Definisi Operasional

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

1. *Mental Toughness* adalah tingkat ketahanan mental atlet dalam menghadapi tekanan-tekanan yang akan di hadapi oleh seorang atlet

dalam pertandingan baik berupa cemoohan dari penonton atau tekanan harus menang dalam sebuah pertandingan.

2. Performa adalah keberhasilan gerakan yang dapat dilakukan oleh seorang atlet senam ritmik sehingga mendapatkan penilaian yang baik dari juri.

D. Instrumen Penelitian

Untuk mengumpulkan data dari sampel penelitian diperlukan alat sebagai instrument. Menurut Arikunto (2006, hlm. 160) “instrument penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data, agar pekerjaannya lebih mudah dan lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis, sehingga mudah diolah”.

Dalam penelitian ini, instrument yang akan dilakukan ialah kuesioner (angket). Mengenai angket atau kuesioner ini Arikunto (2006, hlm.151) menjelaskan bahwa : “kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui.” Kuesioner dapat dibedakan menjadi beberapa jenis, tergantung pada sudut pandang dari cara menjawab. Pembagian dari sudut pandang tersebut dibagi menjadi dua macam yaitu kuesioner terbuka dan tertutup. Arikunto (2006, hlm.152) menerangkan perbedaan dari kedua kuesioner tersebut sebagai berikut :

Dipandang dari cara menjawab kuesioner dibagi menjadi dua, yaitu :

- a. Kuesioner Terbuka, yang memberi kesempatan kepada responden untuk menjawab dengan kalimat sendiri.
- b. Kuesioner Tertutup, yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih.

Sesuai dengan pengertian di atas, maka penulis mengambil kuesioner untuk penelitian adalah kuesioner tertutup, dengan maksud mempermudah pengisian bagi responden yang dijadikan subjek penelitian.

Skala yang penulis gunakan pada penelitian ini yaitu Skala Guttman untuk mengetahui gambaran mental toughness dengan performa atlet bola

basket pada Kejuaraan Bola Basket sekota Bandung 2016. Skala Guttman merupakan skala yang digunakan untuk memperoleh jawaban dari responden yang bersifat jelas dan konsisten, seperti jawaban benar-salah. Untuk jawaban positif seperti benar maka diberi skor 1 sedangkan untuk jawaban negatif seperti salah maka diberi skor 0.

Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis menetapkan kategori penyekoran sebagai berikut :

Tabel 3.1
Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban

No	Pernyataan	Benar/Salah	Skor
1.	Saya seorang atlet yang sangat termotifasi	B	1
		S	0
2.	Dst...		

Untuk mempermudah penyusunan butir-butir pernyataan yang akan diberikan kepada responden dalam bentuk angket, maka penulis membuat kisi-kisi tentang hubungan *mental toughness* dengan performa atlet bola basket pada kejuaraan bola basket sekota Bandung. Adapun kisi-kisi mengenai penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3.2 sebagai berikut :

Tabel 3.2
Kisi-kisi Instrumen hubungan mental toughness dengan performa atlet Bola Basket

Komponen	Aspek	Indikator
<i>Mental Toughness</i>	<i>Control</i> Seberapa besar kesanggupan atlet untuk dapat mengendalikan dan mengarahkan tindakan pada pencapaian keberhasilan	<i>Life Control</i> 1. Perasaan otonomi diri dan perasaan adanya suatu pilihan yang dapat diambil 2. Yakin bahwa dengan kemampuan yang dimiliki dapat mencapai keberhasilan

		<p>3. Keterampilan untuk membuat keputusan</p> <p><i>Emotional control</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Keterampilan mengelola emosi saat menghadapi tekanan dan tantangan 2. Memiliki drongan untuk berprestasi sesuai tujuan 3. Kemampuan untuk melihat peristiwa yang menyebabkan stress sebagai suatu bagian dari kehidupan
	<p><i>Commitment</i></p> <p>Kecenderungan atlet untuk bertahan menyelesaikan tugas dan tujuan yang telah diberikan dengan mengemukakan seluruh kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikannya</p>	<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
	<p><i>Challenge</i></p> <p>Kecenderungan atlet dalam memandang tantangan dan permasalahan sebagai sesuatu yang diselesaikan</p>	<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 cobaan dalam menjalankan tanggung

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

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

E. Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian

Andri Romansa, 2017

HUBUNGAN MENTAL TOUGHNESS DENGAN PERFORMA ATLET BOLA BASKET PADA KEJUARAAN BOLA BASKET SEKOTA BANDUNG 2016

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

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

F. Prosedur Pengolahan Data/Analisis Data

Analisa data merupakan hal yang sangat penting dalam metode ilmiah, karena dengan analisa tersebut dapat memberikan makna yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian. Data yang telah dikumpulkan kemudian dikelompokkan dan dikategorisasikan kemudian diproses sehingga data tersebut mempunyai makna untuk menjawab permasalahan penelitian. Untuk mempermudah pengolahan dan analisis data peneliti menggunakan program aplikasi *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 16 dan MS Excel 2007.

Pengolahan dilakukan dengan menggunakan menu *analyze description explore data* pada program SPSS. Data yang menghitung besaran-besaran statistika seperti rata-rata, median, modus, simpangan baku (standar deviasi) pada gambaran mental toughness dengan performa atlet bola basket pada Kejuaraan Bola Basket sekota Bandung 2016.

Dalam penyajian deskripsi data, adapun data yang harus ditampilkan secara ringkasnya yaitu rata-rata antar variable, simpangan baku, dan varians. Untuk menguji hipotesis dari penelitian ini maka digunakan rumus uji korelasi menggunakan bantuan program SPSS.