

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode dan Desain Penelitian

Desain penelitian sangat dibutuhkan dalam sebuah penelitian, karena akan memberikan petunjuk bagaimana penelitian tersebut harus dilaksanakan. Di dalam metode penelitian akan ditemukan cara-cara bagaimana objek penelitian yang dituju bisa diketahui dan diamati sehingga menghasilkan data-data yang tepat sesuai dengan tujuan penelitian. Artinya penggunaan metode penelitian bergantung kepada permasalahan dan pertanyaan penelitian yang muncul.

Pada metode penelitian eksperimen, didalamnya terdapat beberapa bentuk desain penelitian. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pretest-Posttest Control Group Design With More Than One Experimental Group*. Penggunaan desain tersebut disesuaikan dengan karakteristik penelitian serta pokok permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini. Penelitian yang digunakan merupakan *quasi-experimental design* (eksperimen semu) yaitu jenis eksperimen yang menggunakan seluruh subjek yang utuh (*intact group*) untuk diberikan perlakuan (*treatment*). (Fraenkel et al., 2013) menjelaskan “*A Type of experimental design in which the researcher does not use random assignment of subject to group.*”

Menurut Johnson dan Christensen (2014, hlm. 303) bahwa,

“Pretest-Posttest Control Group Design With More Than One Experimental Group as an excellent experimental design with more than one experimental design because it does an excellent job of controlling for rival hypotheses that would threaten the interval validity of the experimrnt.”

Pada penelitian ini peneliti menerapkan 2 (dua) perlakuan pada 2 (dua) kelompok eksperimen dan aktivitas pada 1 (satu) kelompok kontrol. Seperti yang dijelaskan oleh (Christensen, Johnson, & Turner, 2015) bahwa “*This design could be, and frequently is, expanded to include more than one experimental group.*” Gambaran mengenai design tersebut dapat dilihat pada tabel 3.1 yaitu pada halaman 24:

Tabel 3.1
Design Pretest-Posttest Control Group Design With More Than One
Experimental Group

	<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
Control group	O₁	XC	O₂
Experimental group 1	O₁	XT₁	O₂
Experimental group 2	O₁	XT₂	O₂

Sumber: Christesen, Jhonson, & Turner (2015, hlm. 304)

Keterangan:

O₁ = Pretest *emotional intelligence*.

O₂ = Posttest *emotional intelligence*.

XC = Aktivitas Ekstrakurikuler Akademis

XT₁ = Treatment aktivitas olahraga (ekstrakurikuler bola voli dengan integrasi *emotional intelligence*)

XT₂ = Treatment aktivitas olahraga (ekstrakurikuler bola voli)

Pada penelitian ini sampel yang digunakan yaitu Purposive Sampling, yaitu pengambilan sampel yang memiliki karakteristik tertentu dari populasi yang diambil, kemudian “O” adalah observasi atau pengukuran dilakukan pada saat pretest dan posttest, “XT₁ dan XT₂” adalah kelompok Eksperimen dengan aktivitas ekstrakurikuler bola voli, dan “Xc” adalah kelompok kontrol dengan ekstrakurikuler akademis. (Fraenkel et al., 2013) mengatakan bahwa, “*The control group almost always receives a different treatment of some sort*”. Kelompok kontrol hampir selalu menerima perlakuan yang berbeda dengan kelompok Eksperimen. “*An experiment usually involves two groups of subjects, an experimental group and a control or a comparison group*”, (Fraenkel et al., 2013). Pada penelitian eksperimen, di dalamnya terdapat dua kelompok subjek, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol atau kelompok pembandingan.

“The experimental group receives a treatment of some sort (such as a next textbook or a different method of teaching), while the control group receives no treatment (or the comparison group receives a different treatment)” (Fraenkel et al., 2013).

Implikasinya adalah penelitian eksperimen merupakan sebuah penelitian yang unik dan berbeda dengan metode penelitian yang lainnya, karena dalam penelitian ini, peneliti dapat dengan bebas menentukan independen variabel yang ingin digunakan untuk mempengaruhi dependen variabel.

Dalam penelitian ini, terdapat partisipan yang akan membantu kelancaran serta proses penelitian, guna tercapainya tujuan dari penelitian itu sendiri, baik dalam pengambilan data, pengolahan data, hingga akhir dari penelitian itu sendiri (Fraenkel, Wallen, & Hyun, 2013). Pakar : Berperan sebagai pendefinisi dan pengarah yang bisa membatasi kemana arahan penelitian yang sedang dilakukan (Fraenkel et al., 2013).

Objek : Objek penelitian disini merupakan target utama dalam penelitian yang bukanlah artian dari objek sesungguhnya, tetapi subjek (orang) yang sementara di anggap sebagai objek dengan kredibilitas sesuai dengan kebutuhan penelitian, dengan tidak melakukan pemaksaan, membuktikan sesuatu, menceramahi, menggurui, tetapi memberikan sebuah pengertian dengan cara memberikan pengalaman dan empati yang bermanfaat bagi orang tersebut (Fraenkel et al., 2013).

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat dan waktu : Merupakan ruang yang dibutuhkan untuk melakukan semua keperluan penelitian, baik dalam satu tempat maupun tempat yang terpisah pisah, karena bersifat sementara tetapi mampu memberikan makna melalui ruang dan waktu yang bisa membantu penelitian tetap mengarah kepada tujuan penelitian (Fraenkel et al., 2013)

Untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan dalam sebuah pelaksanaan penelitian, maka diperlukan suatu prosedur yang tepat. Penerapan prosedur yang tepat, tentunya tujuan dari penelitian yang telah ditentukan dapat tercapai. Untuk mencapai semua tujuan tersebut diperlukan suatu persiapan yang matang. Ada pun

persiapan yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu tempat penelitian yang akan dilaksanakan di:

1. Pelaksanaan penelitian ini bertempat di :
SMP NU Kaplongan, Indramayu.
2. Waktu penelitian dilakukan 3 kali per minggu dengan jenis permainan Bola Voli, 60 menit per waktu, dan melanjutkan pelatihan selama 4 minggu. 1 pertemuan untuk pretest, 10 pertemuan untuk pemberian perlakuan atau pelatihan sampai berakhir, dan langkah selanjutnya adalah 1 untuk pelaksanaan untuk posttest, sehingga total pertemuan yang dilakukan adalah 12 pertemuan (Struyven, Dochy, & Janssens, 2010; Digelidis & Papapavlou, 2014).

3.3 Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini, subjek penelitian merupakan sesuatu yang memiliki kedudukan yang sangat penting. Karena dalam subjek inilah data tentang variabel yang diteliti berada pada subjek yang diteliti. Dalam proses dilapangan, untuk menentukan siapa yang akan diberi perlakuan akan digunakan teknik sampling yang sesuai dengan kondisi lapangan. Subjek penelitian dapat dilakukan dengan cara menentukan populasi dan sampel. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMP NU Kaplongan, Indramayu.

3.4 Populasi dan Sampel

Populasi dan sampel merupakan bagian terpenting bagi berjalannya suatu penelitian, menurut (Fraenkel et al., 2013, hlm. 91) “*A sample in a research study is the group on which information is obtained. The larger group to which one hopes to apply the results is called the population*”. Yang berarti bahwa suatu sampel dalam penelitian merupakan kelompok yang diperoleh berdasarkan informasi, sedangkan kelompok yang lebih besarnya lagi dinamakan populasi. Dalam penelitian ini, teknik sampling yang digunakan yaitu purposive sampling.

Berkenaan dengan teknik purposive, pada halaman 26 (Fraenkel et al., 2013) menyatakan bahwa:

Researchers assume they can use their knowledge of the population to judge whether or not a particular sample will be representative..... Purposive sampling is different from convenience sampling in that researchers do not simply study whoever is available but rather use their judgment to select a sample that they believe, based on prior information, will provide the data they need. (hlm. 100)

Berdasarkan pemaparan tersebut, dalam purposive sampling para peneliti berasumsi bahwa mereka dapat menggunakan pengetahuan mereka dalam menentukan kriteria populasi untuk menilai apakah suatu sampel tertentu akan mewakili penelitiannya atau tidak. Purposive sampling berbeda dengan *convenience* sampling di mana peneliti tidak hanya mempelajari siapa saja yang ada tetapi menggunakan penilaian mereka untuk memilih sampel yang mereka percayai, berdasarkan informasi sebelumnya, yang akan mewakili dan memberikan data yang mereka butuhkan.

Populasi adalah keseluruhan objek/subjek penelitian, oleh karena itu objek penelitian perlu ditetapkan secara akurat, sebab data yang terkumpul akan diolah dan dianalisa kemudian kesimpulannya digunakan untuk membuktikan kebenaran hipotesis. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yang diambil yaitu siswa ekstrakurikuler Bola Voli di SMP NU Kaplongan, Indramayu usia 12-15 tahun.

Sampel dalam sebuah penelitian merupakan kelompok yang bisa menyediakan informasi sesuai dengan kebutuhan penelitian, sedangkan populasi merupakan kelompok besar yang diharapkan bisa menjasi sampel itu sendiri (Fraenkel et al., 2013). Teknik pengambilan sampel atau teknik sampling adalah suatu cara mengambil sampel yang *representatif* dari populasi. Pengambilan sampel ini harus dilakukan sedemikian rupa sehingga diperoleh sampel yang benar- benar dapat mewakili dan dapat menggambarkan keadaan populasi yang sebenarnya.

Berkaitan dengan desain yang akan digunakan yaitu *The Randomized Pretest Posttest Control Group Design* sehingga dalam pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* yang harus dilihat usia para sampel. Di peroleh sampel yang berusia 12-15 dengan total keseluruhan sampel adalah sebanyak 45

orang. Kemudian dari usia 12-15 tahun dibagi 3 kelompok, masing-masing kelompok (eksperimen 1) 15 orang, (eksperimen 2) 15 orang dan kelompok (kontrol) 15 orang.

3.5 Instrumen Penelitian

Dalam suatu penelitian diperlukan suatu alat untuk mengumpulkan data sesuai dengan apa yang kita harapkan. Untuk mengumpulkan data dari sampel penelitian diperlukan alat yang disebut instrumen dan untuk tercapainya sebuah penelitian yang sudah ditetapkan perlu didukung oleh data penelitian yang akurat, adapun untuk itu perlu digunakan alat pengumpulan data yang tepat. Sehubungan hal tersebut maka dalam penelitian ini menggunakan:

3.5.1 Kecerdasan Emosional

(Goleman, 2016, hlm 45) mengatakan bahwa yang dimaksud dengan kecerdasan emosional adalah kemampuan mengontrol diri, memacu, tetap tekun, serta dapat memotivasi diri sendiri. Kecakapan tersebut mencakup pengelolaan bentuk emosi baik yang positif maupun negatif.

Untuk memperoleh data sesuai dengan apa yang diharapkan oleh penulis maka penulis menggunakan angket sebagai instrument penelitian kecerdasan emosi. Penyusunan soal angket disesuaikan dengan hal apa yang akan diteliti. Angket yang digunakan dalam penelitian ini mengadaptasi dan memodifikasi angket kecerdasan emosional dari Global Star Enterprises, sebuah lembaga yang bertujuan untuk memberikan konsultasi dan training dalam bidang psikologi. Angket ini pada dasarnya digunakan untuk mengungkap kecerdasan emosi

Menurut psikolog Daniel Goleman terdiri dari lima indikator berdasarkan seperti *selfawareness* (kesadaran diri sendiri), *self-regulation* (pengendalian diri sendiri), *motivation* (motivasi), *empathy* (empati), dan *social skills* (keterampilan sosial).

Adapun langkah-langkah yang dilakukan dalam pengembangan instrumen adalah sebagai berikut :

a. Menyusun kisi-kisi instrumen kecerdasan emosional

Bacalah setiap elemen berikut dan kriteria terkait seperti yang ditentukan dalam Lima Elemen Kecerdasan Emosional Goleman. Di kolom sebelah kanan, pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan apa yang anda rasakan dengan memberi tanda (√) pada kolom jawaban yang tersedia, yaitu seperti yang tertera pada halaman 28:

1. : Sangat tidak setuju
2. : Tidak setuju
3. : Ragu-ragu
4. : Setuju
5. : Sangat setuju

Tabel 3.2. Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Emosional

Elemen / Deskripsi	Kriteria	Skor				
Kesadaran diri Mengetahui apa yang dirasakan seseorang pada waktu tertentu dan memahami dampak perasaan itu terhadap orang lain						
1.	Saya dapat memahami emosi pribadi saya dengan baik.	1	2	3	4	5
2.	Saya memiliki kemampuan untuk tidak membiarkan emosi mengendalikan perilaku saya.	1	2	3	4	5
3.	Saya bisa mempercayai pemikiran saya dan tidak membiarkan emosi saya lepas kendali.	1	2	3	4	5
4.	Saya bisa melihat diri saya dengan jujur.	1	2	3	4	5
5.	Saya menyadari pemicu emosi saya juga kekuatan dan kelemahan.	1	2	3	4	5
Kontrol diri Mengontrol atau mengarahkan emosi seseorang; mengantisipasi konsekuensi sebelum bertindak berdasarkan dorongan hati						
6.	Saya memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosi dan dorongan hati - saya dapat berpikir sebelum bertindak.	1	2	3	4	5
7.	Saya tidak membiarkan diri saya menjadi terlalu marah atau cemburu.	1	2	3	4	5
8.	Saya tidak membuat keputusan spontan.	1	2	3	4	5

9.	Saya memikirkan terlebih dahulu sebelum melakukan sesuatu.	1	2	3	4	5
10.	Saya nyaman mengatakan 'tidak' kepada orang-orang.	1	2	3	4	5
11.	Saya nyaman saat menghadapi perubahan.	1	2	3	4	5
Motivasi Memanfaatkan faktor-faktor emosional untuk mencapai tujuan, menikmati proses belajar dan bertahan dalam menghadapi rintangan						
12.	Saya memotivasi diri.	1	2	3	4	5
13.	Saya bersedia menunda hal yang kecil untuk hal yang besar.	1	2	3	4	5
14.	Saya selalu baik dalam pekerjaan saya.	1	2	3	4	5
15.	Saya menerima tantangan dan sering tampil baik di akhir.	1	2	3	4	5
16.	Saya menikmati belajar keterampilan dan pengetahuan baru.	1	2	3	4	5
Empati Merasakan emosi orang lain						
17.	Saya dapat mengenali dan memahami keinginan, kebutuhan, dan sudut pandang orang lain.	1	2	3	4	5
18.	Saya bisa mengenali perasaan orang lain, bahkan ketika perasaan itu mungkin tidak jelas.	1	2	3	4	5
19.	Saya dapat berhubungan baik dengan orang-orang dari kelompok sosial atau budaya yang berbeda dari saya.	1	2	3	4	5
20.	Saya memiliki kemampuan untuk membangun dan mempertahankan hubungan positif dengan orang-orang.	1	2	3	4	5
21.	Saya seorang pendengar yang aktif, terlepas dari orang atau situasinya.	1	2	3	4	5
22.	Saya menghindari meniru dan menghakimi orang lain.	1	2	3	4	5
Keterampilan social Mengelola hubungan, menginspirasi orang lain dan mendorong respons yang diinginkan dari mereka						
23.	Saya pemain tim yang kuat	1	2	3	4	5
24.	Saya menyadari kebutuhan tim dan orang lain, di atas kebutuhan saya sendiri.	1	2	3	4	5
25.	Saya suka membantu orang lain tumbuh dan bersinar.	1	2	3	4	5
26.	Saya memiliki kemampuan untuk mengelola dan menyelesaikan konflik dengan baik.	1	2	3	4	5
27.	Saya memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang kuat.	1	2	3	4	5

b. Pedoman penilaian

Instrumen dibuat dan disusun berdasarkan kisi-kisi yang telah dibuat dan menghasilkan item-item pertanyaan yang akan dijawab oleh para siswa yang mengikuti ekstrakurikuler Basket dan juga Futsal. Item dalam kuisioner digunakan untuk mengukur kecerdasan emosional dan alternatif jawabannya menggunakan Skala Likert. Kategori jawaban dan nilai skala dapat dilihat pada tabel yang tertera sebagai berikut:

Tabel 3.3. Skala Likert

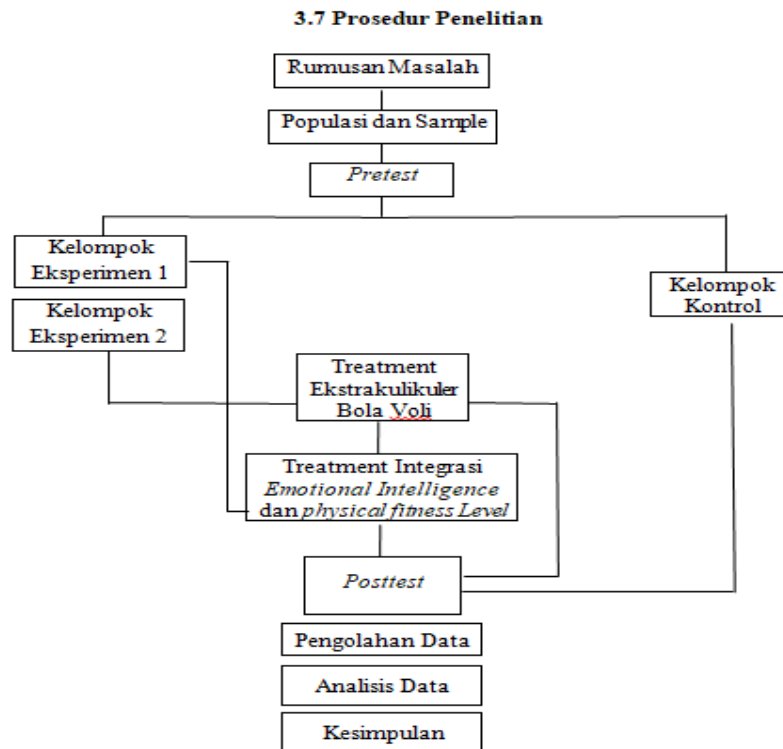
Kategori Jawaban	Positif (+)	Negatif (-)
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu-ragu	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	<u>1</u>	<u>5</u>

Sumber : Sugiyono (2016, hlm 135)

3.6 Prosedur Penelitian

Dalam sebuah penelitian diperlukan suatu prosedur penelitian guna menjaga sistematis dan memandu peneliti menuju pada tujuan penelitian. Penentuan metode penelitian, yang dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain penelitian *Pretest-Posttest Control Group Design With More Than One Experimental Group*. Kemudian melakukan penelitian pada sampel yaitu siswa Ekstrakurikuler Olahraga SMP NU Kaplongan, penelitian dilakukan dengan melakukan *pretest* dengan memberikan angket *emotional intelligence*, diberikan treatment kepada kelompok eksperimen, setelah itu melakukan *posttest* dengan memberikan angket angket *emotional intelligence*, sehingga akan mendapatkan data yang akan dianalisis

dan diolah. Analisis data diawali dengan uji normalitas dan homogenitas yang akan dilanjutkan dengan analisis varians (ANOVA). Analisis data menggunakan SPSS 25.0. Dan terakhir penarikan kesimpulan. Maka secara skematis langkah penelitian dibawah ini:



3.7 Analisis Data

Analisis Data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi data yang diperoleh dari hasil *pre-test* dan hasil *post-test*. Data yang diperoleh dianalisis untuk menjawab pertanyaan penelitian. Analisis data bertujuan untuk mengungkap keefektifan Aktivitas Olahraga Sekolah terhadap *Emotional Intelligence*.

Adapun analisis data dalam penelitian ini menggunakan langkah-langkah pengolahan data yang tertera pada halaman 32:

3.7.1 Rata-rata dan Simpangan Baku

Perhitungan rata-rata dan simpangan baku dengan menggunakan aplikasi *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 25. Tahapan penghitungan yang akan dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut: klik *Analyze>Descriptive Statistics >Descriptives> Masukkan semua variabel ke kotak Variable(s) >Options> ceklis Mean dan Std. Deviation >Continue>OK*.

3.8 Uji Normalitas

Uji normalitas salah satu uji prasyarat yang digunakan untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau baik. Uji normalitas menggunakan *kolmogorov-smirnov* dengan bantuan *Statistical Package for the Social Sciences*(SPSS) versi 25. Tahapan penghitungan yang akan dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut: klik *Analyze>Nonparametric Tests >Legacy Dialogs > 1-Sample K-S > Masukkan semua variabel ke kotak Test Variable List >OK*. Format pengujiannya dengan membandingkan nilai probabilitas (p) atau signifikansi (Sig.) dengan derajat kebebasan (dk) $\alpha = 0,05$. Uji kebermaknaannya sebagai berikut:

- Jika nilai Sig. atau *P-value* $> 0,05$ maka data dinyatakan normal.
- Jika nilai Sig. atau *P-value* $< 0,05$ maka data dinyatakan tidak normal.

3.9 Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah suatu data atau sampel yang diambil berasal dari varian yang homogen atau tidak. Uji homogenitas dilakukan sebagai prasyarat dalam uji anova. Uji homogenitas menggunakan *Lavene Statistic* dengan bantuan *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 25. Tahapan penghitungan yang akan dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut: klik *Analyze>Compare Means>One-Way ANOVA> Masukkan variabel ke kotak Dependent List > Masukkan faktor ke kotak Factor >Options >Homogeneity of variance test>Continue>OK*. Format pengujiannya dengan membandingkan nilai

probabilitas (p) atau signifikansi (Sig.) dengan derajat kebebasan (dk) $\alpha = 0,05$. Uji kebermaknaannya sebagai berikut:

- a. Jika nilai Sig. atau $P\text{-value} > 0,05$ maka data dinyatakan homogen.
- b. Jika nilai Sig. atau $P\text{-value} < 0,05$ maka data dinyatakan tidak homogen.

3.10 Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji ANOVA dua jalur dengan bantuan *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 25. Uji hipotesis menggunakan analisis varians klasifikasi ganda, dalam penelitian ini menggunakan dua jalan (*two way anova*). Analisis varian digunakan untuk menguji hipotesis komparatif lebih dari dua sampel (k sampel) secara serempak bila setiap sampel terdiri atas dua kategori atau lebih (Sugiyono, 2017, hlm. 183).