

BAB III

METODE PENELITIAN

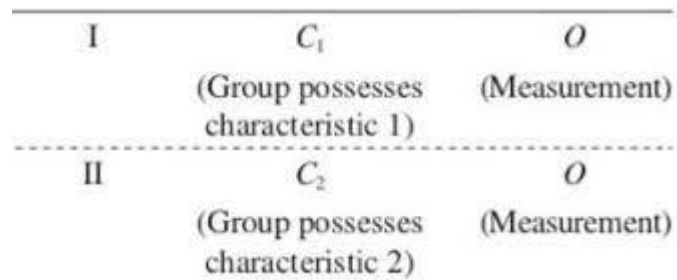
3.1 Desain Penelitian

Penelitian yang bermakna dibutuhkan sebuah metode. Penggunaan metode dalam penelitian di sesuaikan dengan masalah dan tujuan dari penelitian. Penggunaan metode di peruntukan untuk memudahkan dalam pengumpulan dan analisis data. Menurut Sugiyono (2012, hlm. 110) metode adalah sebagai berikut:

“Metode merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Cara ilmiah berarti kegiatan penelitian ini didasarkan pada ciri-ciri keilmuan, yaitu rasional, empiris, dan sistematis. Rasional berarti kegiatan penelitian dilakukan dengan caracara yang masuk akal. Empiris berarti cara-cara yang dilakukan itu dapat diamati oleh indera manusia., sehingga orang lain dapat mengamati dan mengetahui cara-cara yang digunakan. Sistematis artinya proses yang digunakan dalam penelitian itu menggunakan langkah-langkah tertentu yang bersifat logis”.

Menurut penjelasan diatas sebuah penelitian dapat dilakukan tergantung dengan tujuan dan kegunaan penelitian tersebut, selain itu juga penelitian dapat dilakukan dengan cara-cara ilmiah dan bersifat masuk akal, dan memiliki langkah-langkah yang bersifat logis sehingga diharapkan hasil penelitian tersebut benar-benar ilmiah dan dapat memecahkan masalah masalah dalam penelitian tersebut.

Penelitian ini memakai studi komparatif dengan pendekatan kuantitatif. Dimana kuantitatif yaitu data yang berbentuk skor (Fraenkel et al., 2012, hlm. 188). Secara lebih spesifik pendekatan kuantitatif yaitu dengan menggunakan desain kausal komparatif. Desain kausal komparatif yaitu melibatkan pemilihan dua atau lebih kelompok yang tidak sama dalam variabel minat tertentu dan membandingkannya dengan variabel atau variabel lain (Fraenkel et al., 2012, hlm. 370).



Gambar 3.1 Desain Kausal Komparatif (sumber : (Fraenkel et al., 2012, hlm. 370))

Keterangan :

C1 : Seni

C2 : Tarung Bebas

O : *Burnout*

3.2 Partisipan

Partisipan penelitian terdiri dari atlet Kejurda, Pomnas, Popnas, PON dan di bantu juga beberapa orang pelatih. Peneliti mengambil atlet Jawa Barat agar memudahkan dalam penelitian karena satu cabang olahraga yang sama.

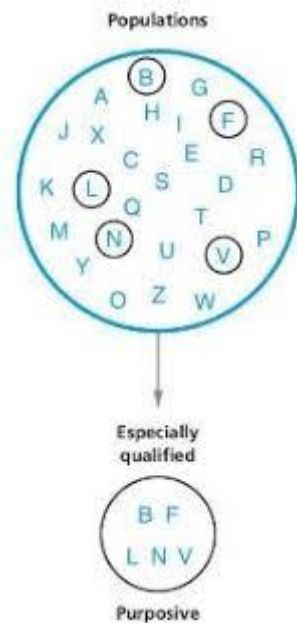
3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Menurut Arikunto Suharsimi (2006:130) Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet Tarung Derajat Jawa Barat yang berjumlah 75 orang.

3.3.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari sebuah populasi (Pagano, 2009). Teknik *purposive sampling* digunakan dalam menentukan jumlah sampel pada penelitian ini. Purposive sampling yaitu teknik dengan pemilihan sampel yang terdiri dari individu yang memiliki kualifikasi khusus (Fraenkel et al., 2012, hlm. 107).



Gambar 3 2 Metode Purposive Sampling (sumber : (Fraenkel et al., 2012, hlm.101))

Peneliti membatasi jumlah sampel dengan kriteria yaitu telah berlatih selama kurang lebih 4 tahun, pernah juara 1, 2 atau 3 minimal Kejuaraan daerah dan bersedia untuk diteliti. Setelah disaring sesuai dengan kriteria diatas, tersedialah 70 atlet tarung derajat yang terdiri dari 35 atlet kategori seni dan 35 atlet kategori tarung bebas.

3.4 Instrumen Penelitian

Untuk menghasilkan data pada penelitian ini dibutuhkan alat pengumpul data (instrumen). Instrumen penelitian sangatlah penting keberadaannya, karena instrument penelitian merupakan tuntunan berupa kisi-kisi dan pedoman alat pengumpul data. Suharsimi (2006, hlm.149) mengungkapkan bahwa: “Instrument yang digunakan untuk mengukur variable-variabel penelitian, maka jumlah instrument sesuai dengan jumlah variable yang akan diteliti”.

Intrumen yang digunakan adalah angket atau kuesioner. Angket merupakan alat tes yang terdiri dari pernyataan-pernyataan yang ditujukan pada sampel penelitian untuk memperoleh data dan informasi yang diinginkan peneliti, hal ini

sebagaimana dijelaskan oleh Arikunto (2010, hlm. 194) mengatakan bahwa angket atau kuesioner adalah “sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui”. Angket yang digunakan oleh penulis bertujuan untuk mengetahui perbandingan tingkat burnout antara atlet kategori seni dengan tarung bebas.

Adapun alasan penulis menggunakan angket sebagai alat yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah sebagai berikut :

- 1 Angket merupakan alat pengumpul data yang relatif efisien, kalau ditinjau dari segi waktu, biaya, maupun tenaga.
- 2 Angket bisa digunakan untuk memperoleh data dari jumlah responden yang dijadikan sampel.
- 3 Informasi atau data terkumpul lebih mudah.
- 4 Responden diharapkan bisa menjawab lebih leluasa dalam pengisian angket karena tanpa dipengaruhi oleh sesuatu yang mengikat, sehingga jawabannya sesuai dengan harapan penulis.

Maka dari itu pada penelitian ini peneliti menggunakan *Athlete Burnout Questionnaire* dari adaptasi ke Bahasa Spanyol oleh Constantino Arce, Cristina De Francisco, Elena Andrade, Gloria Seoane, and Thomas Raedeke. Skala ini digunakan berdasarkan aspek-aspek burnout menurut (Arce, De, Andrade, Seoane, & Raedeke, 2012) yaitu kelelahan fisik / emosional, berkurangnya rasa pencapaian dan devaluasi olahraga.

Tabel 3 1

Kisi-kisi burnout

No	Indikator - indikator	No Pernyataan
1	Berkurangnya rasa pencapaian diri	1, 5, 7, 13, 14, 18
2	Kelelahan fisik/emosional	2, 4, 8, 10, 12, 16,
3	Devaluasi olahraga	3, 6, 9, 11, 15, 17

Pengumpulan data pada angket ini menggunakan skala likert bentuk checklis sebagai contoh dapat dilihat pada Tabel

Tabel 3 2

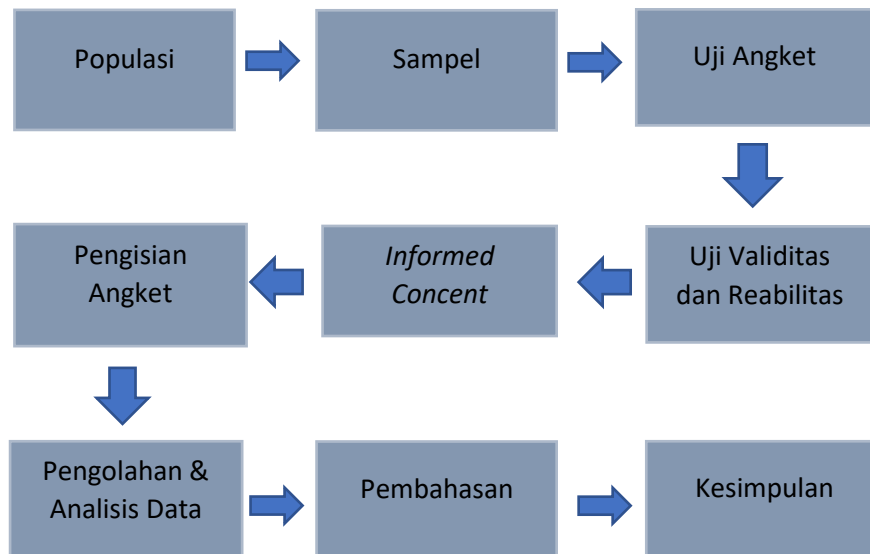
Skala Likert

NO	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	RR	TS	STS

3.5 Prosedur Penelitian

Dalam penelitian ini prosedur pertama yang peneliti lakukan adalah melakukan uji validitas dan reabilitas kuesioner yang akan diberikan. Setelah kuesioner di uji dan dapat dipakai, peneliti menghubungi pelatih tarung derajat Jawa Barat dan menjelaskan tujuan penelitian serta instrumen yang akan diberikan. Setelah peneliti mendapatkan izin dari pelatih, maka peneliti akan melanjutkan dengan sampel diberikan lembaran kesediaan kesediaan mengikuti tes/ *informed concent* kemudian pengambilan data dengan membagikan kuesioner online. Setelah data didapat dengan melakukan pengisian kuesioner online peneliti melanjutkan dengan menganalisis data. Data yang terkumpul kemudian diolah dan disajikan dalam bentuk statistik dan dianalisis lebih lanjut. Langkah terakhir yaitu memberikan kesimpulan hasil analisis data. Peneliti akan memberikan kesimpulan yang merupakan rangkaian terakhir dari kegiatan penelitian.

Adapun beberapa langkah-langkah yang akan dilakukan dalam melaksanakan penelitian ini dapat terlihat pada bagan 3.3 langkah – langkah penelitian.



Gambar 3 3 Langkah-langkah Penelitian

Adapun hipotesis yang muncul pada permasalahan penelitian ini adalah:

- a. H_0 : Tidak terdapat perbandingan burnout antara atlet kategori seni dengan tarung bebas
- b. H_1 : terdapat perbandingan burnout antara atlet kategori seni dengan tarung bebas

Pengambilan Keputusan :

1. Jika nilai Sig. Atau P-value $> 0,05$ maka dinyatakan tidak terdapat perbandingan.
2. Jika nilai Sig. atau P-Value $< 0,05$ maka dinyatakan terdapat perbandingan.

3.6 Analisa Data

Analisis data atau pengolahan adalah aspek yang sangat penting dalam sebuah penelitian, karena dengan analisis data ini peneliti bisa menarik keputusan dan menarik kesimpulan hasil dari penelitian ini. Dan untuk analisis data yang telah diperoleh, peneliti melakukan langkah-langkah secara sistematis, mulai dari uji validitas hingga analisis statistik parametrik menggunakan *independent sample t test*. Namun untuk memudahkan peneliti dalam melakukan pengolahan, peneliti menggunakan bantuan Ms. Excel untuk menghitung jumlah rata-rata dan simpangan baku (standar deviasi), serta dibantu oleh perangkat lunak (software) yakni SPSS, dengan menggunakan analisis data sebagai berikut :

3.6.1 Uji Validitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat keandalan atau ketepatan suatu alat ukur. Dan untuk mengetahui tingkat validitas dari instrumenn (kuisisioner) yang digunakan dalam pengumpulan data. Uji validitas ini dilakukan untuk mengetahui apakah item-item pertanyaan mengenai tingkat *Burnout* atlet kategori seni gerak dan tingkat *burnout* atlet kategori tarung bebas yang tersaji dalam kuisisioner benar-benar valid.

3.6.2 Uji Reliabilitas

Reabilitas menyangkut masalah ketepatan alat ukur. Ketepatan ini dapat dinilai dengan analisis statistik untuk mengetahui kesalahan ukur. Realiabilitas lebih mudah dimengerti dengan memperhatikan aspek pemantapan, ketepatan, dan homogenitas. Instrumen yang peneliti akan gunakan adalah mengenai tingkat keemasan pelatih dan tingkat kecemasan atlet jika instrumen tersebut dianggap reabel maka akhirnya dapat dipercaya sebagai alat ukur data penelitian.

3.6.3 Uji Normalitas Data dan Homogenitas

Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* untuk melihat distribusi data. Sebelum melakukan uji statistika parametrik atau nonparametrik (inverensi) harus adanya uji normalitas data terlebih dahulu, uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah distribusi data yang didapatkan mengikuti atau mendekati hukum sebaran normal baku GAUSS. Setelah dikatakan data berdistribusi normal maka akan dilanjutkan ke dalam uji t. Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smimov*.

3.6.4 Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil perhitungan uji normalitas dan homogenitas data, jika data yang didapatkan berdistribusi normal dan homogen maka analisis uji parametrik menggunakan *independent sample t - test*. *Independent sample t - test* merupakan dua sampel dengan variansi yang berbeda (Fraenkel et al., 2012). *Independent sample t - test* digunakan ketika memiliki dua kelompok orang (independen) yang berbeda, dan bertujuan untuk membandingkan skor mereka. Dalam hal ini,

pengumpulan informasi hanya pada satu kesempatan tetapi dari dua kelompok orang yang berbeda (Pallant, 2010). Dasar pengambilan keputusan hipotesis pada *Independen Sample T Test* adalah sebagai berikut :

- a. Jika nilai Sig. Atau P-value $> 0,05$ maka dinyatakan tidak terdapat perbandingan.
- b. Jika nilai Sig. atau P-Value $< 0,05$ maka dinyatakan terdapat perbandingan