

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Dalam suatu penelitian diperlukan sebuah metode yang tepat agar sebuah penelitian dapat dilakukan dan dapat memecahkan masalah yang diteliti. Seperti yang dikatakan Sugiyono (2010, hlm. 3) mengatakan bahwa “metode penelitian dapat diartikan sebagai *cara ilmiah* untuk mendapatkan *data* dengan *tujuan* dan *kegunaan* tertentu.”

Metode penelitian merupakan prosedur atau cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan tertentu, Menurut Resseffendi (2010:33) mengatakan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang menggunakan observasi, wawancara atau angket mengenai keadaan sekarang ini, mengenai subjek yang sedang diteliti. Melalui angket dan sebagainya kita mengumpulkan data untuk menguji hipotesis atau menjawab suatu pertanyaan. Melalui penelitian deskriptif ini peneliti akan memaparkan yang sebenarnya terjadi mengenai keadaan sekarang ini yang sedang diteliti.

Penelitian ini, diajukan untuk menganalisis dampak pandemi Covid-19 terhadap tingkat stress atlet sepakbola UPI. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan studi deskriptif analitik. “Metode deskriptif yaitu metode yang berkenaan dengan bagaimana cara mendeskripsikan, menggambarkan, menjabarkan atau menguraikan data sehingga mudah dipahami”. Siregar (2010, hlm. 2), sedangkan menurut Nawawi (1994, hlm. 73) “metode deskriptif sebagai metode yang melukiskan suatu keadaan objektif atau peristiwa tertentu berdasarkan fakta-fakta yang tampak atau sebagaimana mestinya yang kemudian diiringi dengan upaya pengambilan kesimpulan umum berdasarkan fakta-fakta historis tersebut.

Untuk pendekatan penelitian dalam skripsi ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif, seperti yang dikemukakan Sugiyono (2017:8) bahwa metode penelitian kuantitatif 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 untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Pendekatan kuantitatif ini digunakan oleh peneliti untuk mengetahui dampak pandemi Covid-19 terhadap tingkat stress atlet sepakbola UPI.

Berdasarkan penjelasan-penjelasan diatas maka dalam penelitian ini penulis menggunakan desain penelitian survey adalah penelitian yang sumber data dan informasi utamanya diperoleh dari responden sebagai sampel penelitian dengan menggunakan kuesioner atau angket sebagai instrumen pengumpulan data. Alasan mengapa menggunakan metode survei yaitu pertama untuk kelengkapan data. Namun biasanya survei yang dilakukan cenderung lebih sederhana dengan alat analisis statistik yang sederhana pula (statistik deskriptif) karena sifatnya hanya sebagai pelengkap data atau informasi, dengan adanya informasi atau tambahan data dari hasil survei, maka informasi yang terjadi menjadi lebih kaya dan lengkap. Sehingga deskripsi detil hasil akhir penelitianpun benar-benar komprehensif dan memberi kesimpulan yang meyakinkan, sedangkan alasan yang kedua adalah karena kebutuhan penelitian. Setelah data terkumpul kemudian diolah peneliti merasa kurang puas dengan hasil penelitiannya, sehingga dia membutuhkan penelitian lanjutan agar lebih komprehensif. Mengingat goggle forms sudah ada dan dibuat oleh perusahaan google, penulis menggunakan google forms sebagai alat pengumpulan data karena dapat di akses dimana saja. Selain itu, dapat menggambarkan secara rinci mengenai data-data yang diperoleh dari kuesioner atau angket.

Dalam penelitian ini penulis melakukan survei dengan menggunakan penelitian kuantitatif jenis penelitian asosiatif dengan teknik sampling Proposiv Sampling . Analisis regresi sederhana bertujuan untuk menguji pengaruh antara variabel X terhadap variabel Y. Adapun jenis variable bebas terdiri dari 1 (satu) variabel yakni : Dampak Pandemi Covid 19 bagi atlet (X), sedangkan variabel terikat terdiri dari 1 (satu) variabel yakni : Tingkat Stress (Y).

Hubungan antar variabel dapat dijelaskan sebagaimana ilustrasi berikut ini:



Keterangan :

X = Dampak Covid 19 bagi atlet

Y = Tingkat Stress

3.2 Partisipan

Partisipan pada penelitian ini yaitu 20 atlet sepak bola UPI yang telah mengikuti Liga Menpora dari seluruh atlet sepak bola UPI. Tiap-tiap partisipan memiliki kesehatan yang baik, sehat jasmani dan rohani sehingga partisipan bisa menjawab kuisioner dengan baik. Dalam UKM sepakbola UPI ini peneliti berharap dapat membantu terlaksananya pengumpulan data tentang tingkat stress atlet sepak bola UPI. Penelitian ini untuk mengetahui dampak pandemi covid-19 terhadap tingkat stress atlet sepak bola UPI yang di rasa perlu di lihat saat adanya pandemi covid-19.

3.3 Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Lokasi yang dipilih dalam penelitian ini menggunakan google forms yang dapat diakses dimana saja oleh atlet UKM sepakbola UPI.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan menggunakan google forms yang disebar pada tanggal 1 Maret – 22 Maret. Peneliti melakukan pengambilan data dari hasil data angket atlet sepakbola UPI.

3.4 Populasi dan Sampel

1. Populasi

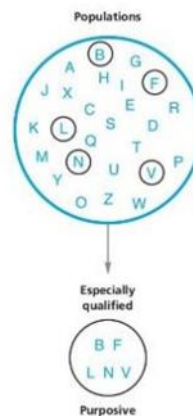
Sunaryadi, (2016) mengatakan bahwa “Populasi adalah sekelompok subyek yang diperlukan oleh peneliti, yaitu kelompok dimana peneliti ingin menggeneralisasikan temuan penelitiannya.” Adapun dalam penelitian ini

populasi yang dimaksud adalah atlet sepak bola UPI yang masih aktif sebanyak 30 orang.

2. Sampel

Menurut Sunaryadi (2016, hlm.52) mengatakan bahwa “Sampel dalam penelitian berarti sekelompok subyek dimana informasi diperoleh, kelompok yang lebih besar dimana peneliti berharap dapat menggeneralisasikan temuannya”.

Sampel penelitian menurut Sugiyono (2015, hlm. 118) mengatakan bahwa “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Berdasarkan dari pengertian diatas, sampel penelitian yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu teknik *Purposive Sampling*. Sugiyono (2007, hlm. 300) mengemukakan bahwa *purposive sampling* adalah pengambilan sampel berdasarkan sumber data dan adanya pertimbangan tertentu. Sedangkan menurut Fraenkel et al (2012, hlm. 107) *purposive sampling* yaitu teknik pemilihan sampel yang terdiri dari individu yang memiliki kualifikasi khusus.



Gambar 3.1 Metode Purposive Sampling
(Sumber: Fraenkel *et al* (2012, hlm. 101))

Berdasarkan gambar 3.1 dapat diketahui bahwa ketentuan dalam pengambilan sampel yaitu masing-masing individu berasal dari populasi yang dipilih harus memiliki kriteria yang ditentukan oleh peneliti Fraenkel *et al* (2012, hlm. 94).

Berdasarkan pendapat diatas, maka penentuan sampel yang diambil adalah 20 atlet sepakbola UPI yang telah mengikuti Liga Menpora dan memiliki kondisi kesehatan yang baik, sehat jasmani dan rohani sehingga partisipan bisa menjawab kuisoner dengan baik. Sampel yang digunakan penelitian ini adalah atlet sepakbola UPI yang telah mengikuti Liga Menpora yang memiliki karakteristik sebagai berikut:

1. Atlet yang telah mengikuti Liga Menpora.
2. Atlet berusia 19-21 tahun.
3. Atlet memiliki kesehatan yang baik, sehat jasmani dan rohani sehingga partisipan bisa menjawab angket dengan baik.
4. Rekomendasi UKM sepakbola UPI.
5. Atlet yang bersedia mengisi angket.

3.5 Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono (2010, hlm. 102) menjelaskan bahwa “instrument penelitian adalah suatu alat yang digunakan menggunakan fenomena alam maupun sosial yang diamati”. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen yang telah tersedia dan dibakukan. Berkaitan dengan penelitian ini tingkat stress diukur menggunakan kuesioner Perceived Stress Scale (PSS) menurut Cohen (1994) yang telah dimodifikasi dengan penambahan indikator dalam pertanyaan angket tersebut , indikator ini mengambil dari theory Selye (1974) dan telah dilakukan pengujian dan di ujicobakan terlebih dahulu.

Angket disusun berdasarkan kisi-kisi menggunakan skala Likert. Skala Likert merupakan salah satu macam skala yang penulis anggap paling cocok digunakan dalam penelitian ini. Riduwan (2011:87) menyatakan bahwa “Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok tentang kejadian atau gejala sosial”.

Berikut adalah kisi-kisi instrument penelitian serta nilai skor menurut skala Likert:

Tabel 3.1
Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Variable	Sub – variable	Indikator	Positif	Negatif
Tingkat Stress	Tingkat stress pada atlet UKM sepakbola UPI	Emosional	1,3,5	2,4
		Kognitif atau mental	6,9,10	7,8
		Fisiologis	12,13,15	11,14
		Perilaku	16,18,19	17,20
Jumlah		20		

Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala Likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif, seperti tabel :

Tabel 3.2
Skor Alternatif Jawaban Angket

Alternatif Jawaban	Skor Pertanyaan	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Kurang Setuju	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Angket Tingkat Stress Pandemi Covid-19

Nama :

Usia :

Petunjuk Pengisian Angket :

Untuk mengisi angket ini, dimohon memberikan tanda silang (√) pada tabel jawaban yang sesuai dengan pilihan anda, dengan ketentuan jawaban, **Sangat Setuju (SS)**, **Setuju (S)**, **Kurang Setuju (KS)**, **Tidak Setuju (TS)**, **Sangat Tidak Setuju (STS)**.

No	Pertanyaan	Skor Pertanyaan				
		SS	S	KS	TS	STS

1	Saya marah karena hal-hal tertentu atau sepele saat harus berdiam dirumah selama pandemi.					
2	Saya selalu tidur saat berdian dirumah selama pandemi.					
3	Saya merasa gelisah dan tertekan saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
4	Saya merasa senang dalam kehidupan saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
5	Saya merasakan perasaan cemas yang tidak dapat kendalikan saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
6	Konsentrasi saya berkurang saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
7	Saya sering maen game online saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
8	Saya tidak memperdulikan saat orang lain memiliki wawasan yang luas selama pandemi.					
9	Produktivitas saya menurun saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
10	Merasa pikiran kacau tidak terkontrol saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
11	Saya tidak merasa pusing saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
12	Jantung saya berdebar tidak normal saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					

13	Selara makan saya menurun saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
14	Saya merasa berstamina saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
15	Saya merasa mudah lelah saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
16	Saya tidak percaya pada orang lain saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
17	Saya mencari kesalahan orang lain saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
18	Saya mengganggu orang lain saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					
19	Saya mengigau saat sedang tidur selama pandemi.					
20	Saya berbohong saat harus berdiam diri dirumah selama pandemi.					

3.6 Prosedur Penelitian

Selain penjelasan mengenai metode penelitian yang digunakan, peneliti juga menjelaskan mengenai prosedur penelitian. Dengan adanya prosedur penelitian maka akan mempermudah peneliti untuk memulai langkah-langkah dari sebuah penelitian.

Adapun mengenai prosedur penelitian peneliti menjelaskan sebagai berikut:

- 1) Tahap persiapan penelitian, terdiri atas kegiatan:
 - a. Peneliti membuat surat ijin penelitian ke sekretaris program studi

- b. Melakukan observasi dan menyampaikan surat ijin penelitian ke lokasi penelitian lapangan UKM Sepakbola UPI.
 - c. Menerima surat balasan ijin penelitian dari UKM Sepakbola UPI.
 - d. Peneliti menentukan populasi dan sampel yang akan digunakan
 - e. Peneliti menentukan instrumen penelitian
- 2) Tahap pelaksanaan penelitian
- a. Memberikan angket terhadap atlet sepakbola UPI melalui google form dalam grup.
 - b. Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data penelitian mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, dan foto. Menurut Danial (2009, hlm. 79) studi dokumentasi adalah mengumpulkan sejumlah dokumen yang diperlukan sebagai bahan
 - c. informasi sesuai dengan masalah penelitian. Sedangkan menurut Arikunto (2010, hlm. 201) dokumentasi adalah barang-barang tertulis.
- 3) Tahap pelaporan penelitian
- a. Mengumpulkan data dari hasil angket.
 - b. Mengolah dan menganalisis data dari hasil angket.
 - c. Menarik kesimpulan dari hasil data.

3.7 Analisis Data

Untuk membenarkan hipotesis yang telah dirumuskan, untuk itu diperlukan pengolahan dan analisis data, agar kesimpulan yang diperoleh dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya. Menurut Sugiyono (2017) analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Karena penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif maka statistik yang digunakan merupakan statistik deskriptif dan inferensial.

Statistik deskriptif yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Sugiyono (2012:206), sedangkan statistik inferensial digunakan untuk

menganalisis data sampel dan hasilnya dilakukan untuk populasi yang jelas dan teknik pengambilan sampel dari populasi itu dilakukan secara random. Sugiyono (2012:207)

3.7.1 Uji Validitas

Uji validitas adalah suatu data dapat dipercaya kebenarannya sesuai dengan kenyataan. Menurut Sugiyono (2009, hlm. 172) bahwa valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Valid menunjukkan derajat ketepatan antara data yang sesungguhnya terjadi pada objek dengan data yang dapat dikumpulkan oleh peneliti. Dalam penelitian ini, uji validitas digunakan untuk mengetahui kevalidan angket dalam mengumpulkan data. Uji validitas dilaksanakan dengan rumus korelasi bivariate person dengan alat bantu program SPSS versi 25. Item angket dalam uji validitas dikatakan valid jika harga r hitung $>$ r tabel pada nilai signifikan 5% sebaliknya, item dikatakan tidak valid jika harga r hitung $<$ r tabel pada nilai signifikan 5%. Adapun hasil uji validitas sebagaimana data dalam tabel berikut ini.

Table 3.3

Hasil Uji Validitas

No Item	R Hitung	R Tabel 5% (30)	Keterangan
1	0,565	0,361	Valid
2	0,417	0,361	Valid
3	0,549	0,361	Valid
4	0,471	0,361	Valid
5	0,456	0,361	Valid
6	0,606	0,361	Valid
7	0,422	0,361	Valid
8	0,497	0,361	Valid
9	0,522	0,361	Valid
10	0,793	0,361	Valid

11	0,696	0,361	Valid
12	0,647	0,361	Valid
13	0,807	0,361	Valid
14	0,712	0,361	Valid
15	0,454	0,361	Valid
16	0,472	0,361	Valid
17	0,647	0,361	Valid
18	0,539	0,361	Valid
19	0,500	0,361	Valid
20	0,496	0,361	Valid

Uji validitas dilakukan dengan menggunakan *spss*. Valid atau tidaknya item soal diketahui dari kriteria pengujian, yaitu r hitung lebih besar dari r tabel, maka item soal tersebut dinyatakan “Valid”, begitu pula sebaliknya. Berdasarkan hasil pengujian, diperoleh hasil bahwa dari 20 item soal tersebut dinyatakan “Valid” dan angket tersebut bisa digunakan sebagai bahan penelitian.

3.7.2 Uji Reliabilitas

Instrumen yang baik adalah instrumen yang dapat memberikan data yang sesuai dengan kenyataan. Instrumen yang baik tidak akan bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban- jawaban tertentu. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga (Suharsimi Arikunto 2006, hlm. 178). Suharsimi Arikunto (2010, hlm. 164) mengatakan bahwa instrument yang berbentuk *multiple choice* (pilihan ganda) maupun skala bertingkat maka reliabilitasnya dihitung dengan menggunakan rumus Alpha. Secara sederhana menguji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan rumus:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{(k-1)} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_t^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Sumber: Suharsimi Arikunto (2006) Rumus alpha

Keterangan:

r_{11} = reliabilitas instrumen

k = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal
= jumlah varians butir

σ_t^2 = varian total

Uji reliabilitas tes dalam penelitian ini dengan menggunakan program SPSS 25 – Reliability Anaysis sebagai berikut:

Tabel 3.4
Hasil Uji Realibilitas Menggunakan SPSS 25

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,875	20

Tabel 3.5
Uji Reliabilitas

Item-Total Statistics						
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted	R Tabel	Kasifikasi
Item_1	58,1333	112,947	,521	,869	0,361	Reliable
Item_2	58,1333	115,154	,364	,873	0,361	Reliable
Item_3	58,7333	110,961	,489	,869	0,361	Reliable
Item_4	59,2333	113,289	,412	,871	0,361	Reliable
Item_5	58,1667	107,799	,334	,879	0,361	Reliable
Item_6	58,9000	107,817	,539	,867	0,361	Reliable
Item_7	58,7333	112,616	,344	,874	0,361	Reliable
Item_8	58,4333	110,392	,419	,871	0,361	Reliable
Item_9	58,3333	107,678	,428	,872	0,361	Reliable
Item_10	57,8333	107,661	,764	,862	0,361	Reliable

Item_11	57,4333	108,668	,653	,864	0,361	Reliable
Item_12	58,0333	107,137	,587	,865	0,361	Reliable
Item_13	58,6667	103,471	,770	,859	0,361	Reliable
Item_14	58,1333	107,154	,666	,863	0,361	Reliable
Item_15	58,6667	109,540	,352	,875	0,361	Reliable
Item_16	58,5333	112,602	,407	,871	0,361	Reliable
Item_17	58,9333	106,409	,583	,865	0,361	Reliable
Item_18	59,1333	108,740	,460	,870	0,361	Reliable
Item_19	58,4333	110,047	,420	,871	0,361	Reliable
Item_20	58,5333	116,120	,464	,872	0,361	Reliable

Uji realibilitas dilakukan menggunakan *spss*. “*Reliable*” atau tidaknya item soal diketahui dari di kriteria pengujian, yaitu *Cronbach’s Alpha* lebih besar dari r tabel, maka item soal tersebut dinyatakan “*Reliable*” begitu pula sebaliknya. Berdasarkan hasil pengujian, diperoleh hasil bahwa dari 20 soal terdapat 20 yang “*Reliable*”.