BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kausal komperatif. Penelitian causal comperative merupakan kegiatan penelitian yang beusaha mencari informasi tentang mengapa terjadi hubungan sebab akibat, dan peneliti berusaha melacak kembali hubungan tersebut (Sukardi 2003). Dalam penelitian ini yang mana peneliti membedakan level aktivitas mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia berdasarkan mental toughnes.

Desain Kausal Komparatif

Sumber: (Jack R Fraenkel, Norman E. Wallen, 2012, hlm 370)

Tabel 3. 1 Desain Kausal Komparatif

Group	Independent Variable	Dependent Variable
I	C1 PA High	O MTQ 48
II	C2 PA Moderate	O MTQ48
III	C3 PA Low	O MTQ48

Keterangan:

Huruf C menyatakan kelompok sampel

Huruf O menyatakan pengukuran atau instrumen yang digunakan

Garis putus-putus menunjukan bahwa kelompok sampel sedang dibandingkan

3.2 Partisipan

Partisipan dari penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Pendidikan Inonesia. Partisipan adalah semua yang terlibat membantu dalam penelitian.

Karakteristik partisipan penelitian ini yaitu golongan mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia dari Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan dari angkatan 2019 sampai 2023, selain itu penelitian ini juga menggunakan kuesioner dan IPAQ dari orang lain, dan penelitian ini dibantu oleh orang yang lebih paham tentang analisis data seperti analis.

3.3 Populasi dan sampel

Tahap awal untuk memilih sampel adalah dengan menentukan populasi terlebih dahulu. Populasi dengan kata lain sampel adalah sebagian atau sebagai wakil populasi yang akan diteliti. Jika penelitian yang dilakukan sebagian dari populasi maka bisa dikatakan bahwa penelitian tersebut adalah penelitian sampel. menyampaikan bahwa sampel dalam penelitian adalah kelompok, individu atau objek tempat memperoleh informasi. Sampel merujuk pada proses pemilihan individu, kelompok atau objek penelitian yang diambil sebagai sumber data dan dapat mewakili seluruh populasi. Maka dari itu populasi pada penelitian ini sebanyak 120 mahasiswa

Untuk menentukan sampel, peneliti menggunakan teknik Purposive Sampling. urposive sampling adalah salah satu jenis teknik pengambilan sampel yang biasa digunakan dalam penelitian ilmiah. Purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel dengan menentukan.

kriteria-kriteria tertentu (Sugiyono, 2008). Alasan meggunakan teknik purposive sampling ini karena sesuai untuk digunakan untuk penelitian kuantitatif, atau penelitian-penelitian yang tidak melakukan generalisasi menurut Sugiyono, (2016: 85). Kriteria yang akan dipilih untuk menjadi sampel adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia
2. Mahasiswa angkatan 2019 - 2023
3. Bersedia mengisi kuesioner.

Setelah mendapatkan sampel, sampel dibagi kedalam 3 kelompok sampel yaitu kelompok jenis aktivitas fisik sehari-hari dengan jumlah 55 mahasiswa , jenis aktivitas latihan fisik dengan jumlah 45 mhasiswa, jenis aktivitas fisik olahraga dengan jumlah 20 mahasiswa. Berdasarkan dari kriteria tersebut maka sampel yang di dapat adalah sebanyak 120 mahasiswa.

3.4 Instrumen Penelitian

Peneliti menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner atau angket karena relative mudah digunakan serta mudah untuk mendapatkan responden dalam jumlah yang cukup banyak. Peneliti menggunakan dua kuesioner yang sudah ada dan biasa digunakan oleh para peneliti- peneliti yang lain. Sebelum instrument disebar kesampel tentunya peneliti melakukan uji validitas dan realibitas terlebih dahulu. Peneliti menggunakan dua kuesioner pada penelitian ini yang pertama menggunakan Mental Toughness Questionnaire 48 Clough pada tahun 2002. Dalam Rating Scale menghasilkan data yang mentah yang di peroleh berupa angka, kemudian ditafsirkan menjadi pengertian kualitatif. Untuk 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (biasa saja), 4 (setuju), dan 5 (sangat setuju). Dan untuk mengukur jenis aktivitas fisik penelitian ini menggunakan kuesioner Internasional Physical Activity Questionnaire.

3.4.1. Mental Toughness Questionnaire 48

Suatu instrumen dikatakan valid atau memiliki validitas adalah memiliki kemampuan mengukur apa yang ingin diukur. Sedangkan realibitas suatu instrumen dilihat sejauh mana instrumen tersebut hasil pengukuran nya dapat dipercaya untuk melakukan penelitian yang lain. Validitas diartikan sebagai rujukan untuk melihat kebermaknaan atau kebenaran untuk data yang dikumpulkan oleh peneliti (Fraenkel et al., 2012). Untuk melakukan uji validasi kontrak, sebelumnya peneliti melakukan validasi bahasa dengan meminta bantuan ahli bahasa untuk menterjemahkan kuesioner yang awalnya menggunakan bahasa Inggris menjadi bahasa Indonesia. Setelah melakukan uji validasi bahasa, peneliti melakukan uji validasi keterbacaan, yang mana uji ini dilakukan setelah hasil terjemahan yang dilakukan oleh ahli bahasa disebar terlebih dahulu keresponden untuk melihat apakah sebagian dari responden mengerti dengan pertanyaannya atau tidak. Setelah itu tahap terakhir adalah melakukan uji validasi konstrak dengan menggunakan Pearson Correlation.

Hasil pengukuran uji validitas menggunakan Pearson Correlation dan setalah itu hasilnya dibandingan dengan rtabel yang mana jika nilai rhitung > rtabel maka dinyatakan pernyataan di kuesioner valid. Atau bisa dilihat dari

hasil signifikansi hasil dari Pearson Correlation, yang mana jika Signifikansi bernilai < 0.05 maka pernyataan pada kuesioner tersebut valid

3.4.2. Instrument Physical Activity Questionnaire

IPAQ digunakan untuk mengukur level aktivtas fisik seseorang. Apakah seseorang memiliki tingkat aktivtas yang tinggi, sedang, atau rendah. Level aktivitas fisik dapat dihitung sebagi MET (metabolic equivalent unit) menit per minggu (Norling et al., 2017). Peneliti menggunakan IPAQ Short yang mana terdiri dari 7 item soal. Kuesioner difokuskan pada kegiatan atau aktivitas fisik yangdilakukan responden selama 7 hari belakang.

Untuk hasil uji validitas pada instrumen aktivitas fisik menyatakan bahwa 7 soal dinyatakan valid.

3.5 Prosedur Penelitian

Adapun prosedur penelitian yang akan dilaksanakan yaitu sebagai berikut :

1) Masalah. Awal dari melakukan penelitian ini adalah menentukan masalah terlebih dahulu. Seperti yang dijelaskan pada Bab I bahwa aktivitas fisik memiliki hubungan yang positif
terhadap mental toughness. Maka dari itu peneliti tertarik akan perbedaan mental toughnessberdasarkan jenis aktivitas fisik mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia.

2) Populasi. Setelah menentukan masalah, peneliti pun mencari populasi yang bagi peneliti tertarik untuk diteliti. Peneliti memilih mahasiwa Unversitas Pendidikan Indonesia untuk dijadikan populasi.

3) Sampel. Populasi sudah ditentukan, setelah itu dikerucutkan menjadi sampel dimana sampel ini penentu bagi penelitan. Peneliti menggunakan beberapa kriteria untuk dijadikan sampel salah satunya adalah mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia yang mempunyai ketertarikan dengan olahraga.

4) Pengumpulan Data. Pada tahap ini, pengumpulan data yang digunakan oleh penelti melalui Google Form. Peneliti membagikan link Google Form untuk diisi, yang isi dari google form terebut adalah data diri responden, dan instrument Mental Toughness Questionnaire dan International Physical Activity Questionnaire yang dipakai peneliti. Sampel hanya harus mengisi Google Form tersebut dengan jujur dan yakin.

5) Analisis Data. Peneliti melakukan analisis data dengan melihat isi dari Google Form sampel. Data diolah dalam bentuk statistik. Serta menggunakan analisis data Kruskal Wallis dimana peneliti membedakan mental toughness berdasarkan jenis aktivtas fisik. Peneliti membagi 3 kelompok variable berdasarkan jenis aktivitas fisik seperti low, moderate dan high.

3.6 Analisis Data

Data dianalisis menggunakan analisis data One Way Anova untuk mengetahui apakah terdapat perbandingan mental toughness mahasiswa berdasarkan level aktivitas fisik. Dalam proses pengolahan data dibantu dengan menggunakan Statistical Product for Social Science (SPSS) seri 22 for windows.

Sebelum melakukan uji One Way Anova dilakukan terlebih dahulu uji asumsi. Uji asumsis sendiri melalui beberapa tahapan, sebagai berikut:

1) Statistika Deskriptif

Statistika deskriptif merupakan statistik yang digunakan untuk menganalisis dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan pada suatu data atau kejadian.

2) Uji Normalitas Data

Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Pada peneltian ini uji normalitas data yang dipakai adalah uji Shapiro Wilk karena sampel termasuk kelompok sampel yang sedikit dalam hitungan kurang dari 50 sampel. Data berdistibusi normal atau tidak bisa dilihat dengan nilai signifikansinya. Jika nilai sig. atau P-value > 0.05 maka data dinyatakan berdistribusi normal dan jika nilai sig. atau P-value < 0.05 maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal.

3) Uji Homogenitas

Untuk uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui data homogen atau tidak. Uji kebermaknaannya yaitu jika nilai sig. atau P-value > 0.05 maka data dinyatakan homogenitas dan jika nilai sig. atau P-value < 0.05 maka data dinyatakan tidak homogenitas

4) Uji Asumsi

Dilihat dari uji normalitas jika data berdistribusi normal, maka menggunakan analisis One Way Anova. Dan jika data berdistribusi tidak normal makan uji asumsi menggunakan analisis Kruskal Wallis Test. Jika nilai sig. atau P-value > 0.05 maka data dinyatakan tidak terdapat perbedaan. Jika nilai sig. atau P-

value < 0.05 maka data dinyatakan terdapat perbedaan.