

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Sebagai upaya untuk memperoleh data di lapangan, diperlukan metode yang sesuai dengan tujuan penelitian. Menurut Ramdhan (2021) “Metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu” Cara ilmiah berarti kegiatan penelitian itu didasarkan pada ciri-ciri keilmuan, yaitu rasional, empiris, dan sistematis.

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode deskriptif. Menurut Arikunto (2013) “Metode penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal lain-lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian” Dalam konteks penelitian ini penulis ingin mencari hubungan *mental toughness* dengan kecemasan kompetitif atlet balap sepeda *road race*.

3.2 Populasi dan Sampel

3.2.1. Populasi

Populasi dalam penelitian merupakan wilayah yang ingin diteliti oleh peneliti. Menurut Sugiyono (2013) “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.” Pendapat tersebut menjadi salah satu acuan bagi penulis untuk menentukan populasi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet balap sepeda *road race* di kota Bandung sebanyak 15 orang yang terdiri dari atlet putra dan atlet putri dengan rentang usia 16-25 tahun yang mengikuti PORPROV JABAR XIV 2022.

3.2.2. Sampel

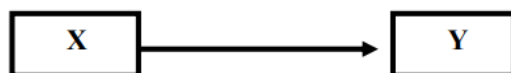
Sampel merupakan bagian dari populasi yang ingin diteliti oleh peneliti. Menurut Sugiyono (2013) Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sehingga sampel merupakan bagian dari populasi yang ada, untuk pengambilan sampel menggunakan cara tertentu yang didasarkan

oleh suatu pertimbangan. Penulis menggunakan *total sampling* atau sampling jenuh, yaitu mengambil semua anggota populasi sebagai sumber data. Definisi sampling jenuh menurut Sugiyono (2013) adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Dari pengertian diatas, penulis mengambil semua anggota populasi untuk dijadikan sampel yaitu atlet balap sepeda *road race* kota Bandung yang berjumlah 15 orang.

3.3 Desain dan Prosedur Penelitian

Desain penelitian merupakan rancangan penelitian yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan proses penelitian. Desain penelitian bertujuan untuk memberi pegangan yang jelas dan terstruktur kepada peneliti dalam melakukan penelitiannya. Menurut Nursalam dalam (Rinald, 2017) “Desain penelitian merupakan suatu strategi untuk mencapai tujuan penelitian yang telah ditetapkan dan berperan sebagai pedoman atau penuntun peneliti pada seluruh proses penelitian”. Desain penelitian yang digunakan penulis digambarkan sebagai berikut:

Gambar 3.1 Desain Penelitian

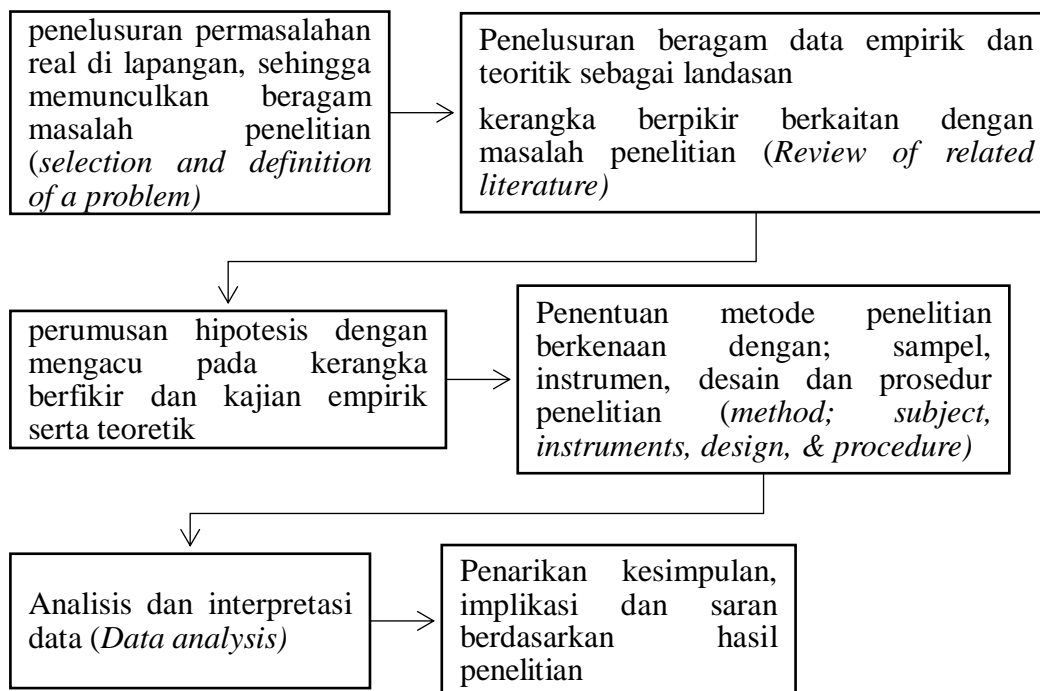


Keterangan :

1. Variabel bebas (X) = *Mental Toughness*
2. Variabel terikat (Y) = Kecemasan Kompetitif

Rancangan prosedur penelitian yang akan ditempuh peneliti dari tahap awal hingga kesimpulan penelitian adalah sebagai berikut :

Gambar 3.2 Rancangan Prosedur Penelitian



Diadaptasi dari sumber Gay et al., (2011)

3.4 Instrumen Penelitian

Dalam suatu penelitian untuk mengukur apa yang akan kita uji, diperlukan suatu alat atau instrument dalam penelitian tersebut untuk mendapatkan informasi data yang akurat. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini penulis mengadopsi kuesioner *the Competitive State Anxiety Inventory-2 Indonesia Version* (CSAI-2Id) yang disusun oleh Putra & Guntoro (2022) yang digunakan untuk mengukur skala kecemasan terdiri dari 17 item yang dinilai dalam skala Likert 4 pilihan (dari tidak sama sekali hingga sangat) dengan nilai *Cronbach's alpha* 0.74. Instrumen ini dipilih penulis karena hampir sama dengan karakteristik sampel yang akan diteliti oleh peneliti. (Kuesioner dapat dilihat pada Lampiran 13 hal. 55)

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Skala CSAI-2Id

Komponen	Item	Jumlah Soal
Somatic Anxiety	1, 4, 6, 9, 12, 15, 17	7
Cognitive Anxiety	2, 5, 8, 11, 14	5
Self Confidence	3, 7, 10, 13, 16	5
Jumlah		17

Untuk instrumen mengukur *mental toughness*, penulis mengadaptasi *Mental Toughness Questionnaire* (MTQ48) yang disusun oleh Clough (2012) untuk mengukur skala ketangguhan mental yang terdiri dari 48 item dengan skala Likert 4 pilihan (dari sangat setuju hingga sangat tidak setuju). (Kuesioner dapat dilihat pada Lampiran 10 hal. 50)

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Skala MTQ48

Komponen	Indikator perilaku	Item		Jumlah soal
		Favorable	Unfavorable	
Control (kontrol)	-mengelola respons emosional terhadap peristiwa	26, 31, 45	21, 27, 34, 37	7
	-percaya bisa mengatur hidupnya	2, 5, 12	9, 15, 33, 41	7
Commitment (komitmen)	-kemampuan untuk tetap fokus mencapai tujuan dalam menghadapi kesulitan	7	22, 29, 47	4
	-melakukan upaya untuk mencapai prestasi	1, 19, 25, 39	11, 35, 42	7
Challenge (tantangan)	-tangguh secara mental dalam mengambil resiko dan mengelola resiko	4, 23, 30, 48	6	5
	-merefleksikan pengalaman untuk menerapkan pada pembelajaran yang akan diperoleh	40, 44	18	3

Annisa Meliana, 2023

HUBUNGAN MENTAL TOUGHNESS DENGAN KECEMASAN KOMPETITIF ATLET BALAP SEPEDA ROAD RACE

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

Confidence (kepercayaan diri)	-kemampuan untuk percaya pada diri sendiri dan terlepas dari hambatan.	3, 8, 13, 16, 24, 32	10, 14, 36	9
	-kemampuan untuk bersikap tegas dan tidak terintimidasi saat berinteraksi dengan orang lain	17, 20, 38, 43	28, 46	6
Jumlah		27	21	48

Setelah penulis melakukan uji validitas dan reabilitas pada skala *MTQ48* dengan menggunakan bantuan *software SPSS*, maka dari item skala *MTQ48* yang berjumlah 48 item, terdapat 11 item yang tidak valid. Hasil validitas menunjukkan bahwa 37 item soal memiliki nilai r hitung $>$ r tabel yaitu 0.338 (dapat dilihat pada pada Lampiran 9 hal. 52)

1.5 Teknik Analisis Data

Data yang terkumpul kemudian diolah dan dianalisis dengan tujuan untuk mendapatkan kesimpulan penelitian. Untuk mengetahui hubungan *mental toughness* dan kecemasan kompetitif perlu melalui proses perhitungan yang dibantu oleh *software SPSS*. Dalam penelitian ini, penulis melakukan dua tahap uji analisis data yaitu uji prasyarat analisis dan uji hipotesis.

3.5.1. Uji Prasyarat Analisis

Uji prasyarat analisis merupakan tahapan awal yang dilakukan sebagai syarat awal melakukan pengujian selanjutnya. Penulis melakukan uji prasyarat analisis untuk menentukan statistika yang digunakan yaitu parametrik dan non parametrik. Uji prasyarat analisis yang digunakan penulis adalah uji normalitas. Sebelum penulis menggunakan teknik analisis parametrik atau non parametrik, penulis harus menentukan apakah data yang akan dianalisis berdistribusi normal atau tidak.

Uji normalitas yang penulis gunakan pada penelitian ini adalah uji *Kolmogorov Smirnov*, dikarenakan jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini kurang dari 30 orang.

Menurut Siregar (2011) tahap-tahap untuk melakukan uji *Kolmogorov Smirnov* adalah sebagai berikut :

- a. Membuat hipotesis dalam uraian kalimat
 H_0 : data berdistribusi normal
 H_a : data tidak berdistribusi normal
- b. Menentukan kriteria penerimaan dan penolakan hipotesis
 Jika signifikansinya $> 0,05$ maka H_0 diterima
 Jika signifikansinya $< 0,05$ maka H_0 ditolak

3.5.2. Uji Signifikansi Koefisien Korelasi

Untuk mendapatkan nilai kekuatan hubungan antar dua variabel, penulis melakukan uji signifikansi koefisien korelasi. Uji signifikansi koefisien korelasi digunakan untuk menguji apakah hubungan yang terjadi itu berlaku untuk populasi (dapat digeneralisasi). Penulis memilih metode korelasi *pearson*, dengan rumus sebagai berikut:

$$r = \frac{n \sum_{i=1}^n X_i Y_i - \sum_{i=1}^n X_i \sum_{i=1}^n Y_i}{\sqrt{n \sum_{i=1}^n X_i^2 - (\sum_{i=1}^n X_i)^2} \sqrt{n \sum_{i=1}^n Y_i^2 - (\sum_{i=1}^n Y_i)^2}}$$

Dimana:

- a) Huruf n mewakili jumlah titik pasangan (X, Y)
- b) X mewakili nilai variabel X
- c) Y mewakili nilai variabel Y

Langkah-langkah pengujian sebagai berikut :

1. Menentukan hipotesis
 H_0 : tidak ada hubungan secara signifikan
 H_a : terdapat hubungan secara signifikan
2. Menentukan taraf signifikansi
 Pengujian menggunakan uji dua sisi dengan taraf signifikansi $\alpha = 5\%$ atau 0,05.
3. Kriteria pengujian
 H_0 diterima jika signifikansi $> 0,05$
 H_0 ditolak jika signifikansi $< 0,05$

3.5.3. Uji Hipotesis

Untuk menjawab rumusan masalah, diperlukan teknik untuk menguji hipotesis. Apabila data yang diperoleh berdistribusi normal, maka penulis akan melakukan analisis uji parametrik menggunakan korelasi *pearson*. Korelasi *pearson* digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara 2 variabel yang berskala interval atau rasio (parametrik). Rumus korelasi *pearson* adalah :

$$r = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{n}}{\sqrt{\left(\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}\right)\left(\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{n}\right)}}$$

Dimana :

r : nilai korelasi

x : variable x

y : variable y

Sedangkan apabila data yang diperoleh tidak berdistribusi normal, maka penulis melakukan analisis uji non-parametrik menggunakan uji korelasi *spearman*. Uji korelasi *spearman* adalah metode yang digunakan untuk menguji hubungan antara variable yang datanya berskala ordinal atau berskala rasio atau interval namun tidak memenuhi asumsi normalitas.

Rumus untuk uji korelasi *spearman* adalah :

$$r_s = 1 - \frac{(6 \sum d_2)}{n(n^2 - 1)}$$

Dimana :

r_s : koefisien korelasi spearman

d : selisih antar ranking

n : banyaknya data pengamatan