

BAB III

PROSEDUR PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Metode penelitian haruslah sesuai dengan permasalahan yang sedang dihadapi. Maka dari itu metode penelitian sangat berperan penting dalam pengumpulan data. Menurut Sugiyono (2016) “metode penelitian merupakan “cara ilmiah untuk mendapatkan data yang *valid*, *reliable*, dan objektif dengan tujuan untuk menggambarkan, membuktikan, mengembangkan, menemukan dan menciptakan ilmu, produk dan tindakan sehingga dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, mengantisipasi masalah, dan membuat kemajuan dalam bidang pendidikan”(hlm. 9).

Maka berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti akan menggunakan metode kuantitatif. Menurut Sugiyono (2016) penelitian kuantitatif adalah “Metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan” (hlm. 8).

Penelitian ini diambil dari suatu kondisi cabang olahraga Taekwondo di Kota Tasikmalaya dengan bertujuan untuk mengetahui hubungan antara motivasi berprestasi terhadap ketangguhan mental pada Atlet Taekwondo usia SMP.

3.2 Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Variabel penelitian itu sendiri, terbagi menjadi dua yaitu variabel terikat (*dependent*) yaitu Motivasi berprestasi dan variabel bebas (*independent*) yaitu Ketangguhan mental.

3.3 Populasi dan Sampel

Populasi adalah “wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.” (Sugiyono 2016, hlm. 80).

Populasi yang peneliti ambil merupakan Atlet Taekwondo yang berasal dari *Club/Dojang* di Kota Tasikmalaya, kemudian peneliti persempit kembali untuk sampel yang digunakan yaitu atlet yang berusia remaja sesuai dengan pernyataan (Sary, 2017)

bahwa usia remaja berkisar antar 12-15 tahun. Rincian data atlet tersebut peneliti dapatkan berdasarkan data atlet SMP yang mengikuti pertandingan pada Kejuaraan Tasik *Open 6* yang telah diselenggarakan pada tanggal 27-29 Oktober 2023. Adapun rincian tiap anggota dari *club* tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1 Data Populasi dan Sampel *Club* Taekwondo Kota Tasikmalaya

<i>DOJANG/CLUB</i>	ANGGOTA
SMPN 1 Tasikmalaya	29 Atlet
SMPN 2 Tasikmalaya	22 Atlet
SMPN 4 Tasikmalaya	4 Atlet
SMPN 5 Tasikmalaya	6 Atlet
SMPN 10 Tasikmalaya	3 Atlet
SMPN 12 Tasikmalaya	4 Atlet
SMPN 13 Tasikmalaya	1 Atlet
SMP Al Muttaqin	9 Atlet
Ruwada	3 Atlet
Total	81 Atlet

Sumber: Bidang Pertandingan Pengcab TI Kota Tasikmalaya

Sampel adalah “Bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut” (Sugiyono 2016 hlm. 81). Selanjutnya pada penelitian ini penulis menggunakan teknik *Purposive Sampling*, yang di mana pada teknik ini pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan ilustrasi dengan tanpa bersumber pada random, wilayah ataupun strata, melainkan bersumber pada terdapatnya pandangan yang berfokus pada tujuan tertentu. (Sugiyono 2016 hlm. 82).

Salah satu metode yang digunakan untuk menentukan jumlah sampel adalah menggunakan rumus Slovin menurut Amboningtyas, (2018) yang dijelaskan sebagai berikut: “Menggunakan rumus Slovin karena dalam penarikan sampel, jumlahnya harus representatif agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan dan perhitungannya pun tidak memerlukan tabel jumlah sampel. Namun dapat dilakukan dengan rumus dan perhitungan sederhana”

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi = 81

$e = \text{batas toleransi kesalahan (error tolerance)} = 0,05$ (hlm. 5)

Berdasarkan rumus tersebut, maka jumlah sampelnya yang akan diambil dalam penelitian ini adalah.

$$= \frac{81}{1+81 \times (0,05)^2} = \frac{81}{1,2025} = 67,3 = 67$$

Dari hasil perhitungan tersebut adalah 67,3 maka dibulatkan menjadi 67 sampel.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode observasi dengan menggunakan instrumen kuesioner (angket) yang disebarakan dengan *online* (dengan mengisi *google form*). Menurut Sugiyono (2016) Kuesioner merupakan “Teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawabnya” (hlm. 142)

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa terdapat hubungan atau tidak antara motivasi berprestasi dengan ketangguhan mental pada atlet usia remaja di Kota Tasikmalaya.

3.5 Instrumen Penelitian

Karena pada dasarnya penelitian ialah memecahkan masalah, mencari hal yang baru maka dalam hal ini dibutuhkan juga alat bantu dalam pengukurannya demi mendapatkan data yang dibutuhkannya. Menurut Sugiyono (2016) “instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati” (hlm. 102).

Dalam penelitian ini penulis menggunakan instrument motivasi berprestasi dan instrument ketangguhan mental yang diadaptasi dari penelitian yang sudah ada sebelumnya. Penyusunan kuisitioner penelitian berdasarkan adaptasi item-item selanjutya disesuaikan dengan tujuan penelitian. Objek disesuaikan dengan kebutuhan penelitian. Setelah menentukan item-item asli kemudian item tersebut dialihbahasakan ke Bahasa Indonesia. Kemudian item tersebut diujicobakan kepada responden diluar sampel yang akan digunakan dalam penelitian guna mendapatkan validitas dan realibilitas dari item yang akan digunakan dalam penelitian ini. Setelah valid baru kemudian instrument penelitian ini dapat disebarakan kepada sampel penelitian.

3.5.1 Instrumen Motivasi Berprestasi

Instrumen penelitian untuk mengambil data tentang motivasi berprestasi peneliti mengadopsi dari kuesioner buatan Elisabeth Prihandrijani (2016) yang mengacu pada teori motivasi berprestasi yang dikemukakan oleh McClelland (1987). Alat ukur ini dipilih karena sesuai dengan aspek yang akan diukur oleh peneliti. Skala yang digunakan menggunakan skala Likert dengan empat pilihan jawaban.

Tabel 3.2 Kisi-kisi Kuesioner Motivasi Berprestasi

Aspek	Item		Jumlah Butir
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Tanggung jawab dan keuletan	5,7,11,12	1	5
Suka tantangan	3,4,22	6,14,23	6
Umpan balik	17	9	2
Tujuan realistis	8	10,18,21	4
Resiko	2,15,19	13,16,20	6
Total	12	11	23

(Sumber : Elisabeth Prihandrijani 2016 hlm.106)

Tabel 3.3 Pernyataan Kuesioner Motivasi Berprestasi

No	Pernyataan	Jawaban			
		Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Setuju	Sangat Setuju
1	Saya malas mengikuti kegiatan latihan yang berat dan sulit.				
2	Saya memilih berhati-hati daripada mengalami kegagalan.				
3	Saya merasa tertantang untuk menyelesaikan permasalahan yang sulit.				

4.	Saya selalu gigih walaupun menghadapi latihan yang berat dan sulit.				
5	Saya berlatih dengan tekun agar berprestasi.				
6	Saya tidak berani mengikuti latihan yang saya anggap sulit.				
7	Bila menghadapi kesulitan dalam berlatih, saya akan tetap berusaha untuk menyelesaikannya dengan baik.				
8	Saya sudah merencanakan target prestasi yang saya inginkan.				
9	Saya tidak suka umpan balik, karena takut kecewa,				
10	Saya berlatih sesuka saya, tanpa ada target yang jelas.				
11	Bila saya mengalami kegagalan, saya akan mencari cara lain untuk mencapai impian saya.				
12	Saya akan terus berusaha dengan berbagai cara yang baik, hingga saya meraih target saya.				
13	Saya tidak suka melakukan sesuatu yang terlalu beresiko.				
14	Saya tidak suka melakukan hal-hal yang sulit, karena saya menyadari kemampuan saya yang tidak seberapa baik.				
15	Saya senang melakukan hal-hal baru, walaupun harus menempuh resiko yang besar.				
16	Saat mengetahui resiko yang harus saya terima, membuat saya membatalkan keinginan saya.				

17	Pujian dari orang lain membuat saya bersemangat dalam meraih prestasi.				
18	Saya belum menentukan tujuan saya, karena belum tau kemampuan yang saya miliki.				
19	Saya akan mempertimbangkan resikonya terlebih dahulu sebelum mengambil keputusan.				
20	Saya tidak suka berinisiatif karena takut menghadapi resikonya.				
21	Saya tidak mempunyai tujuan yang jelas dalam latihan saya.				
22	Permasalahan yang sulit saya anggap lebih menarik daripada permasalahan yang sederhana.				
23	Saya lebih suka mengerjakan latihan yang mudah dan sesuai dengan kemampuan saya.				

3.5.2 Instrumen Ketangguhan Mental

Instrumen penelitian ketangguhan mental yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan SMTQ (*Sport Mental Toughness Questionnaire*) yang dikembangkan oleh Michael Sheard, Jim Golby, dan Anna van Wersch yang digunakan untuk mengetahui ketangguhan mental atlet. (Nissa & Soenyoto, 2021 hlm.270). Tujuan pembuatan instrumen ini yaitu untuk mengukur ketangguhan mental yang dimiliki atlet, khususnya pada atlet Taekwondo..

Tabel 3.4 Kisi-kisi Kuesioner Ketangguhan Mental

Aspek	Item		Jumlah butir
	<i>Favorable</i>	<i>Non-Favorable</i>	
<i>Confidence</i> (Percaya diri)	4,5,10,12		4

<i>Constancy</i> (Keteguhan)	2,11	3,7	4
<i>Control</i> (Kontrol)	1,13	6,8,9	5
Total	8	5	13

(Sumber : Nissa & Soenyoto 2021 hlm. 270)

Tabel 3.5 Pernyataan Kuesioner Ketangguhan Mental

No	Pernyataan	Jawaban			
		Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Setuju	Sangat Setuju
1	Saya bisa mendapatkan kembali ketenangan saya jika saya kehilangan kepercayaan diri untuk sementara waktu.				
2	Saya berkomitmen untuk menyelesaikan tugas-tugas yang harus saya lakukan.				
3	Saya dikalahkan oleh keraguan diri sendiri.				
4	Saya memiliki rasa percaya diri yang tidak tergoyahkan.				
5	Saya memiliki apa yang saya butuhkan untuk melakukan performa dengan baik dalam keadaan penuh tekanan.				
6	Saya marah dan frustrasi ketika hal-hal tidak berjalan sesuai dengan keinginan saya.				
7	Saya menyerah dalam situasi sulit.				
8	Saya menjadi cemas dengan peristiwa yang tidak saya harapkan atau tidak bisa dikendalikan.				

9	Saya mudah terganggu dan kehilangan konsentrasi.				
10	Saya memiliki kualitas yang membedakan saya dari pesaing lainnya.				
11	Saya bertanggung jawab untuk menetapkan target yang menantang diri saya.				
12	Saya menganggap potensi ancaman sebagai peluang yang positif.				
13	Di bawah tekanan, saya dapat membuat keputusan dengan percaya diri dan komitmen.				

Dalam ketangguhan mental peneliti menggunakan skala Likert, sama halnya dengan motivasi berprestasi skala Likert yang digunakan pada variabel ini yaitu menggunakan empat pilihan jawaban. Kisi-kisi yang dibuat berbentuk pilihan dengan empat alternatif jawaban baik berupa pernyataan negatif dan positif. Pernyataan dikatakan positif apabila mendukung gagasan yang ada dan apabila dikatakan negatif berarti sebaliknya.

Skala *Likert* yang digunakan telah dimodifikasi dengan menghilangkan jawaban netral, hal ini sesuai dengan pendapat Hadi (dalam Prihandrijani, Elisabeth (2016) yaitu penghilangan jawaban netral ini karena,

- 1) Jawaban netral dapat memiliki arti ganda, yaitu belum memberikan jawaban, atau dapat juga diartikan netral bahkan ragu-ragu. Kategori *multi interpretable* seperti ini tidak diharapkan dalam suatu instrumen.
- 2) Tersedianya jawaban di tengah menimbulkan kecenderungan bagi responden untuk menjawab di tengah.
- 3) Pilihan jawaban SS – S – TS – STS ditujukan untuk melihat kecenderungan pendapat responden. Bila disediakan pilihan jawaban netral akan menghilangkan banyak data penelitian dan mengurangi banyaknya informasi yang diperoleh dari para responden.(hlm. 56) .

Tabel 3.6 Skor Alternatif Jawaban

Respon	Skor	Skor
	<i>Favorable</i>	<i>UnFavorable</i>
Sangat Tidak Setuju	1	4
Tidak Setuju	2	3
Setuju	3	2
Sangat Setuju	4	1

Sumber: (Sugiyono, 2016, Hlm.93)

3.6 Uji Validitas

Uji Validitas adalah suatu ukuran tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Menurut Arikunto (2013) mengemukakan bahwa validitas adalah “Ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen” (hlm. 211). Dalam penelitian ini untuk menganalisis untuk validitas memakai aplikasi IBM SPSS Statistik 23. Sedangkan analisis butirnya, menurut Arikunto (2013, hlm 213) dapat menggunakan rumus korelasi *Product Moment* dengan angka kasar dari Spearman seperti di bawah ini:

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = koefisien korelasi skor butir dan skor total

N = jumlah subyek/responden

x = skor butir y = skor total

$\sum XY$ = jumlah instrument X dikalikan jumlah instrumen

$Y\sum X^2$ = jumlah kuadrat kriteria

$X\sum Y^2$ = jumlah kuadrat kriteria Y

Harga r_{xy} yang diperoleh dari perhitungan dikonsultasikan dengan harga r pada tabel produk momen dengan $\alpha = 5\%$. Soal dikatakan valid apabila $r_{xy} >$ harga r tabel, maka *item* angket dianggap *valid*.

Berdasarkan hasil uji validitas dari setiap pernyataan, peneliti memperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas

VARIABEL	BUTIR SOAL	KETERANGAN
Motivasi Berprestasi	15	Valid
	8	Tidak Valid
Ketangguhan Mental	11	Valid
	2	Tidak Valid

sumber :(analisis spss)

3.7 Uji Reliabilitas

Sesudah penjelasan pada uji validitas untuk selanjutnya dilakukan dengan uji reliabilitas. Menurut Arikunto (2013) “Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan suatu alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah cukup baik” (hlm. 221). Penggunaan teknik uji reliabilitas dengan rumus alpha pada penelitian ini alasannya adalah data yang diambil melalui angket/kuisisioner. Indikator yang terdapat pada kuisisioner yang akan dijadikan sebagai instrumen dalam penelitian tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lain. Adapun rumus yang digunakan adalah rumus Alpha Cronbach sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma^2 t} \right]$$

Keterangan :

r_{11} = reliabilitas tes secara keseluruhan

k = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma b^2$ = jumlah varians butir

$\sigma^2 t$ = varians total

Harga r_{11} yang diperoleh dari perhitungan dikonsultasikan dengan harga r pada tabel *product moment* dengan $\alpha = 5\%$. Instrumen dikatakan reliabel apabila harga $r_{11} >$ harga r tabel.

Pada penelitian ini uji reliabilitas instrumen peneliti menggunakan program IBS SPSS *for Window* dengan dasar teori yang digunakan Cronbach's Alpha. Kriteria penentuan reliabilitas instrumen yaitu dengan membandingkan nilai r tabel dengan r hitung.

Menurut Jack R. Fraenkel, Norman E. Walen (2012) apabila r hitung $> 0,70$ maka instrumen tersebut dapat dikatakan reliabel (hlm. 137). Sedangkan interpretasi koefisien reliabilitas menurut Guilford dalam (Mahesa, 2019) sebagai berikut :

Tabel 3.5 Kaidah Reliabilitas Guilford

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
$>0,9$	Sangat Reliabel
$0,7 - 0,9$	Reliabel
$0,4 - 0,69$	Cukup Reliabel
$0,2 - 0,39$	Kurang Reliabel
$<0,2$	Tidak Reliabel

Gambar 3.8 sumber : (Annisa Putri Maheswari 2019)

Tabel 3.8 Uji Reliabilitas

Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Item</i>	Keterangan
Motivasi Berprestasi	758	15	Reliabel
Ketangguhan Mental	724	11	Reliabel

Sumber : Data diolah (*IBM SPSS Statistic 29*)

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan *IBM SPSS Statistic 29* Alpa Cronsbach menyatakan bahwa kuesioner dari dua variabel tersebut reliable.

3.8 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif, yaitu dengan mendeskriptifkan dan memaknai data dari masing-masing komponen. Menurut Sugiyono (2016) mengemukakan bahwa analisis data merupakan “Kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul” (hlm. 147). Adapun analisis data pada penelitian ini yaitu menggunakan teknik analisis data deskriptif.

Berikut adalah langkah-langkah dari pengolahan data :

- 1) Memberikan skor nilai dari masing-masing respon jawaban yang telah diberikan oleh tiap-tiap responden.

- 2) Memindahkan seluruh hasil penskoran ke dalam bentuk tabulasi data dalam komputer.
- 3) Merekap jumlah skor dari masing-masing variabel dan skor secara keseluruhan.
- 4) Mencocokkan hasil penjumlahan masing-masing variabel dan keseluruhan ke dalam masing-masing tabel kriteria yang telah dibuat.
- 5) Menghitung skor mean, median dan modus dari masing-masing variabel.
- 6) Menghitung normalitas data dengan uji *chi-square*.
- 7) Menghitung korelasi dengan *rank spearman*.

Lalu Menurut Sugiyono (2016) untuk menguji satu hipotesis tersebut digunakan *t-test* satu sampel dengan rumus sebagai berikut :

$$t = \frac{\bar{x} - \mu_0}{\frac{s}{\sqrt{n}}}$$

Keterangan :

- t = nilai dihitung
- x = nilai rata-rata
- μ_0 = nilai yang dihipotesis
- s = simpangan baku sampel
- n = jumlah anggota sampel

Langkah-langkah pengujian hipotesis deskriptif adalah sebagai berikut :

1. Menghitung skor ideal untuk variabel yang diuji. Skor ideal adalah skor tertinggi karena diasumsikan setiap responden memberi jawaban dengan skor tertinggi.
2. Menghitung rata-rata nilai variabel (menghitung \bar{x}).
3. Menghitung nilai yang dihipotesiskan (menentukan μ_0).
4. Menghitung nilai simpangan baku variabel (menghitung s)
5. Menentukan jumlah anggota sampel.
6. Memasukan nilai-nilai tersebut ke dalam rumus (hlm. 179).

3.9 Langkah-langkah Penelitian

1. Tahap persiapan

Tahap persiapan ini meliputi menyusun rancangan penelitian yang akan dilakukan sesuai dengan masalah yang terjadi dan solusi pengembangannya.

2. Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan ini mengumpulkan data dengan metode kuesioner motivasi berprestasi dan ketangguhan mental pada atlet usia SMP di Kota Tasikmalaya.

3. Tahap pelaporan

Menganalisis hasil data hasil penelitian dan menyusun hasil laporan penelitian berdasarkan hasil penelitian.

3.10 Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan setelah seminar proposal sekitar satu minggu setelah mengujicobakan kuesioner kepada responden *non* sampel. Pengambilan data sampel dilakukan secara bergilir selama rentan waktu satu minggu.

2. Tempat penelitian

Tempat pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada Klub Taekwondo yang berada di Kota Tasikmalaya.