

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### 3.1 Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2015;7) metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data melalui instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian survei dengan instrumen berupa kuesioner yang berisi beberapa pertanyaan dengan struktur yang baku. Penelitian survei yakni penelitian kuantitatif menggunakan pertanyaan terstruktur yang sama kepada banyak orang, untuk kemudian seluruh jawaban yang diperoleh peneliti dicatat, diolah dan dianalisis (Prasetyo & Jannah, 2016;143).

#### 3.2 Identifikasi Variabel

Variabel (Sugiyono, 2015;87) adalah sesuatu yang apa saja yang sudah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dengan maksud untuk memperoleh informasi dan diambil kesimpulan. Penelitian ini menggunakan variabel terikat dan variabel bebas, yakni sebagai berikut:

1. Variabel terikat (*dependent variable*) adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas sehingga terjadi sebuah akibat dari adanya variabel bebas (Sugiyono, 2015;39). Variabel bebas biasa disebut dengan Y. Penelitian yang dilakukan untuk dijadikan variabel terikat (*dependent variable*) pada penelitian ini adalah *mental toughness*.
2. Variabel bebas (*independent variable*) adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab dari timbulnya variabel terikat (Sugiyono, 2015;39). Variabel bebas juga sering disebut dengan variabel X. Penelitian yang dilakukan untuk dijadikan variabel bebas (*independent variable*) pada penelitian ini adalah *psychological capital*.

### 3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional (Sugiyono, 2018) adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari objek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Selain itu definisi operasional dari masing-masing variabel digunakan untuk menjelaskan variabel yang diidentifikasi sebagai upaya pemahaman dalam penelitian. Maka dapat disimpulkan bahwa definisi operasional merupakan pemahaman peneliti mengenai variabel penelitian yang diteliti. Definisi operasional variabel pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 3.3.1 *Mental Toughness*

Variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah *mental toughness*. *Mental toughness* adalah kumpulan nilai, sikap, perilaku, emosi yang menjadikan individu mampu bertahan dalam situasi mengancam, mampu mengatasi tekanan, kesulitan, maupun rintangan dan dapat tetap fokus untuk mencapai tujuan yang diharapkan. *Mental toughness* diukur dengan menggunakan Skala *Mental toughness Index* berdasarkan aspek *mental toughness* menurut Gucciardi (2009) yaitu, berkembang melalui tantangan yakni, sikap dan perilaku menghadapi dan berkembang ketika ada tekanan internal maupun eksternal. Kemudian kesadaran olahraga yakni, sikap, nilai, dan perilaku yang relevan dengan penampilan individu dan tim. Lalu sikap tangguh yakni, sikap dan perilaku penting untuk menghadapi tekanan dan tantangan. Kemudian menginginkan kesuksesan yakni, nilai, sikap, dan perilaku yang berhubungan dengan prestasi olahraga.

Tinggi rendahnya *mental toughness* pada subjek dapat dilihat dari skor total skala *mental toughness*. Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, semakin tinggi pula *mental toughness* subjek. Begitupun sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh subjek, semakin rendah pula *mental toughness* subjek.

#### 3.3.2 *Psychological Capital*

Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah *psychological capital*. *psychological capital* merupakan sumber daya dan kapasitas psikologis individu dicirikan dengan adanya kepercayaan diri (*self efficacy*), optimisme

(*optimism*), harapan (*hope*), dan ketahanan (*resiliency*) yang senantiasa berkembang untuk membantu individu memiliki motivasi diri, memiliki harapan akan tujuan, mengatasi kesulitan dan berjuang untuk kesuksesan. *Psychological capital* diukur dengan menggunakan Skala *Psychological capital* berdasarkan aspek *psychological capital* menurut Luthans et al., (2007) yaitu, kepercayaan diri (*self efficacy*) untuk menetapkan dan mencapai tujuan yang sulit, optimisme (*optimism*) yakni memiliki motivasi untuk memprediksi hal baik akan terjadi di masa depan, harapan (*hope*) yakni, memiliki motivasi untuk mengarah pada tujuan dan memiliki alternatif cara bila menemui kesulitan. Lalu ketahanan (*resiliency*) yakni, mampu bangkit dari keterpurukan dan berkeinginan melampaui normal demi keberhasilan.

Tinggi rendahnya *psychological capital* pada subjek dapat dilihat dari skor total skala *psychological capital*. Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, semakin tinggi pula *psychological capital* subjek. Begitupun sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh subjek, semakin rendah pula *psychological capital* subjek.

### 3.4 Rumusan Populasi dan Teknik Sampling

#### 3.4.1 Populasi

Populasi adalah generalisasi subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2015;80). Populasi dalam penelitian ini adalah atlet pencak silat dari berbagai perguruan pencak silat yang tergabung dalam Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) Kabupaten Gresik.

Tabel 3. 1 Populasi Atlet Pencak Silat Kabupaten Gresik

Asal perguruan	Jumlah atlet pencak silat
Pagar Nusa	22
Nur Harias	14
Perisai Diri	12
Persaudaraan Setia Hati Terate	12
Tapak Suci	11
Persinas Asad	10
Pamur	8
PSH	8

IKSPI Kera Sakti	5
Tongkat Putih	4
Gajah Putih	4
PRSH	2
PS. Sarimulyo	2
<b>Jumlah</b>	<b>114</b>

**Sumber: Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) Kabupaten Gresik**

Berdasarkan tabel dapat diketahui jumlah populasi atlet pencak silat dari berbagai perguruan pencak silat di Kabupaten Gresik sebanyak 114 atlet. Data tersebut diperoleh dari Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) Kabupaten Gresik.

### 3.4.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif atau mewakili (Sugiyono, 2015;81). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling*. *Nonprobability sampling* adalah teknik yang tidak memberikan kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih sebagai sampel. Salah satu teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *sampling insidental*. Teknik *sampling insidental* merupakan teknik *sampling* yang ditentukan berdasarkan kebetulan, artinya seseorang yang bertemu dengan peneliti secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel selama orang tersebut cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2015;85). Jadi, penelitian ini menggunakan teknik *sampling insidental*, yakni atlet pencak silat Kabupaten Gresik.

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data bersifat penting karena dapat mempengaruhi kualitas data hasil penelitian. Kualitas pengumpulan data adalah hal yang berkaitan dengan ketepatan cara-cara yang digunakan untuk mengumpulkan data (Sugiyono, 2015;137). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode kuesioner. Kuesioner adalah teknik pengumpulan data dengan cara memberikan pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab oleh responden (Sugiyono, 2015;142).

Skala pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur variabel (Y) *mental toughness*, dan variabel (X) *psychological capital* adalah skala likert. Skala likert adalah skala yang dipakai untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2015;93). Dengan menggunakan skala likert maka variabel yang diukur akan dijabarkan menjadi indikator variabel yang digunakan acuan dalam menjabarkan aitem-aitem menjadi pertanyaan-pertanyaan.

### 3.5.1 Skala *Mental Toughness*

Skala *Mental Toughness* yang digunakan dalam penelitian adalah Skala *Mental Toughness Index* (MTI) yang dirancang oleh Gucciardi *et al.*, (2014). Skala ini berjumlah 8 aitem favorabel dengan empat aspek yaitu, berkembang melalui tantangan, kesadaran olahraga, sikap tangguh, dan menginginkan kesuksesan.

Skala ini telah diuji coba oleh Maulidya dan Jannah (2021) dengan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,734 dengan rentang nilai CITC (*Corrected Item-Total Correlation*) antara 0,245 – 0,747, yang artinya skala bersifat valid dan reliabel.

Tabel 3. 2 Blueprint Variabel *Mental Toughness* (Y)

No	Aspek	Indikator	No. Aitem Favorabel	Jumlah
1	Berkembang melalui tantangan	Sikap dan perilaku menghadapi dan berkembang ketika ada tekanan internal maupun eksternal	6, 8	2
2	Kesadaran olahraga	Sikap, nilai, dan perilaku yang relevan dengan penampilan individu dan tim	5, 7	2
3	Sikap tangguh	Sikap dan perilaku penting untuk menghadapi tekanan dan tantangan	2, 3	2
4	Menginginkan kesuksesan	Nilai, sikap, dan perilaku yang berhubungan dengan prestasi olahraga	1, 4	2
<b>Jumlah</b>				<b>8</b>

Pengisian Skala *Mental Toughness* yakni meminta kesediaan responden untuk menjawab keseluruhan aitem yang tersedia dengan cara memilih pilihan alternatif jawaban sesuai dengan kondisi responden. Skala *Mental Toughness* ini memiliki alternatif pilihan jawaban 1 sampai 6. Berikut adalah cara skoring yang digunakan pada Skala *Mental Toughness*.

Tabel 3. 3 Skoring Skala *Mental Toughness* (Y)

No	Favorabel	
	Alternatif jawaban	Nilai
1	Sangat Tidak Setuju	1
2	Tidak Setuju	2
3	Tidak Terlalu Setuju	3
4	Agak Setuju	4
5	Setuju	5
6	Sangat Setuju	6

Interpretasi dari Skala *Mental Toughness* adalah semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi pula *mental toughness*. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah tingkat *mental toughness*.

### 3.5.2 Skala *Psychological Capital*

Skala *Psychological Capital* yang digunakan dalam penelitian adalah Skala *Psychological Capital* yang dirancang berdasarkan Luthans. Skala ini berjumlah 24 aitem favorabel dengan empat aspek yaitu, kepercayaan diri (*self efficacy*), optimisme (*optimism*), harapan (*hope*), ketahanan (*resiliency*)

Skala ini telah diuji coba oleh Maulidya dan Jannah (2021) dengan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,738 dengan rentang nilai CITC (*Corrected Item-Total Correlation*) sebesar 0,243 – 0,691, yang artinya skala bersifat valid dan reliabel.

Tabel 3. 4 Blueprint Variabel *Psychological Capital* (X)

No	Aspek	Indikator	No. Aitem Favorabel	Jumlah
1	Kepercayaan diri ( <i>self efficacy</i> )	Kepercayaan diri untuk menetapkan dan mencapai tujuan yang sulit	3, 8, 17, 21	4

2	Optimisme ( <i>optimism</i> )	Memiliki motivasi untuk memprediksi hal baik akan terjadi di masa depan	1, 4, 6, 9, 10, 12, 15, 16, 23, 24	10
3	Harapan ( <i>hope</i> )	Memiliki motivasi untuk mengarah pada tujuan dan memiliki alternatif cara bila menemui kesulitan	2, 5, 7, 11, 14, 22	6
4	Ketahanan ( <i>resilliency</i> )	Mampu bangkit dari keterpurukan dan berkeinginan melampaui normal demi keberhasilan	13, 18, 19, 20	4
<b>Jumlah</b>				<b>24</b>

Pengisian Skala *Psychological Capital* yakni meminta kesediaan responden untuk menjawab keseluruhan aitem yang tersedia dengan cara memilih pilihan alternatif jawaban sesuai dengan kondisi responden. Skala *Psychological Capital* ini memiliki alternatif pilihan jawaban 1 sampai 6. Berikut adalah cara skoring yang digunakan pada skala *Psychological Capital*.

Tabel 3. 5 Skoring Skala *Psychological Capital* (X)

No	Favorabel	
	Alternatif jawaban	Nilai
1	Sangat Tidak Setuju	1
2	Tidak Setuju	2
3	Tidak Terlalu Setuju	3
4	Agak Setuju	4
5	Setuju	5
6	Sangat Setuju	6

Interpretasi dari Skala *Psychological Capital* adalah semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi pula *Psychological Capital*. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah pula *Psychological Capital*.

### 3.6 Validitas dan Reliabilitas

#### 3.6.1 Validitas

Validitas seringkali dikonsepsikan sebagai sejauh mana tes dapat mengukur atribut yang seharusnya diukur. Alat ukur dengan validitas yang tinggi akan menghasilkan eror pengukuran yang kecil, yang berarti skor setiap subjek yang

diperoleh oleh alat ukur tersebut tidak berbeda jauh dari skor yang sebenarnya (Azwar, 2009;51).

Tipe validitas dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi adalah validitas yang diestimasi melalui pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional. Pertanyaan yang dicari jawabannya adalah sejauh mana aitem-aitem tes mewakili komponen-komponen dalam keseluruhan kawasan isi objek yang akan diukur dan mencerminkan sejauh mana aitem tes mencerminkan ciri perilaku yang hendak diukur (aspek relevansi) (Azwar, 2009;54).

Ghozali (2009;49) mengatakan bahwa uji validitas pada penelitian yaitu untuk mengukur valid atau tidak sebuah pertanyaan atau pernyataan pada kuesioner. Kuesioner tersebut dikatakan valid apabila pertanyaan atau pernyataan kuesioner mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur. Kriteria instrumen dikatakan valid apabila nilai koefisien korelasi  $>0,30$  (Azwar, 2013). Uji validitas instrumen menggunakan program komputer IBM *Statistical Program For Social Science (SPSS) for windows* versi 25.

### **3.6.2 Reliabilitas**

Instrumen yang reliabel dalam pengumpulan data diharapkan hasil penelitian akan menjadi reliabel. Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama akan menghasilkan data yang sama (Sugiyono, 2015;121).

Jenis reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Alpha Cronbach*. Menurut Ghozali (2009:45) uji reliabilitas dapat dikatakan sebagai alat ukur untuk mengukur kuesioner yang merupakan indikator dari variabel. Kuesioner dapat dikatakan valid jika jawaban dari suatu pernyataan adalah konsisten dari waktu ke waktu. Nilai reliabilitas 0,7 maka dapat diterima dan bila di atas 0,8 dinyatakan baik (Priyatno,2018). Uji reliabilitas instrumen menggunakan program komputer IBM *Statistical Program For Social Science (SPSS) for windows* versi 25.



### 3.7 Teknik Analisis Data

Analisis data (Sugiyono, 2015;147) adalah kegiatan mengelompokkan data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data dari tiap variabel, dan melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis diajukan.

#### 3.7.1 Uji asumsi

##### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah prosedur dalam statistik parametris yang mensyaratkan variabel dependen (*mental toughness*) dan variabel independen (*psychological capital*) yang dianalisis berdistribusi normal (Sugiyono, 2015;172). Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi, variabel independen dan dependen berdistribusi normal. Uji normalitas menggunakan uji dengan taraf signifikansi atau nilai  $p > 0,05$ . Uji normalitas dilakukan menggunakan uji *Shapiro Wilk*. Jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka data berdistribusi normal (Priyatno, 2018). Uji normalitas menggunakan program komputer IBM *Statistical Program For Social Science (SPSS) for windows* versi 25.

##### 2. Uji linieritas

Uji linieritas adalah uji yang digunakan untuk melihat apakah spesifikasi model yang digunakan sudah benar atau tidak (Ghozali, 2016). Uji linieritas digunakan sebagai uji prasyarat dalam analisis regresi linier. Uji linieritas dilakukan menggunakan *test for linierity* dengan taraf signifikansi  $> 0,05$ . Bila signifikansi  $> 0,05$  maka variabel penelitian memiliki hubungan yang linier (Priyatno, 2018). Pengujian menggunakan alat bantu program komputer IBM *Statistical Program For Social Science (SPSS) for windows* versi 25.

#### 3.7.2 Uji Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat pengaruh *psychological capital* terhadap *mental toughness* pada atlet. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data regresi linear sederhana yaitu teknik

analisis regresi dengan satu variabel bebas (X). Regresi linear sederhana adalah regresi yang variabel bebas hanya ada satu, yang artinya hanya melibatkan dua variabel, yakni variabel X dan Y (Kesumawati *et al.*, 2019;113). Nilai signifikansi  $<0,05$  artinya hipotesis diterima (Priyatno, 2018). Selanjutnya proses analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan program komputer IBM *Statistical Program For Social Science (SPSS) for windows* versi 25.

